J. KRISHNAMURTI

O Sentido da Liberdade

KRISHNAMURTI

«Um dos maiores pensadores da actualidade.»

Dalai Lama

J. KRISHNAMURTI

O SENTIDO DA LIBERDADE

Prefácio de
Aldous Huxley

Z.C.

ÍNDICE

PERGUNTAS E RESPOSTAS

PREFÁCIO

O HOMEM é um ser anfíbio que vive simultaneamente em dois mundos — no mundo natural e no mundo que é fabricado; o homem existe no mundo da matéria, da vida, da consciência e também no mundo dos símbolos. Ao pensarmos, fazemos uso de uma grande variedade de sistemas simbólicos — linguísticos, matemáticos, pictóricos, musicais, ritualistas. Sem esses sistemas simbólicos não teríamos a arte, a ciência, as leis, a filosofia, mas apenas os rudimentos da civilização: por outras palavras, seríamos só animais.

Os símbolos são assim indispensáveis. Mas os símbolos — como a história actual e as anteriores têm mostrado — podem também ser fatais. Consideremos, por exemplo, por um lado, o campo da ciência e, por outro, o campo da política e da religião. Pensar em termos de um determinado conjunto de símbolos, e actuar de acordo com isso, fez-nos chegar, em pequena escala, a uma compreensão e a um controle das forças elementares da natureza. Pensando em termos de um outro conjunto de símbolos, e actuando de acordo com eles, nós temos vindo a usar as forças daí resultantes como instrumentos de assassínio em massa e de suicídio colectivo. No primeiro caso, os símbolos explicativos foram bem escolhidos, cuidadosamente analisados e progressivamente adaptados aos emergentes factos da existência física. No segundo caso, os símbolos, originalmente mal escolhidos, nunca foram sujeitos a uma análise constante nem foram reformulados de modo a estarem em harmonia com os factos da vida que iam surgindo. Pior ainda, esses símbolos enganadores foram em toda a parte tratados com um total e injustificável respeito, como se, de um modo misterioso, eles fossem mais reais do que as realidades a que se referiam. No contexto da religião e da política, as palavras não são olhadas como algo que se aplica, um pouco inadequadamente, a coisas e a acontecimentos; pelo contrário, as coisas e os acontecimentos são vistos como ilustrações particulares das palavras.

Até ao presente, os símbolos têm apenas sido usados realisticamente naqueles campos que sentimos não serem muito importantes. Em situações relacionadas com os nossos impulsos mais profundos, temos insistido em usar os símbolos não só irrealisticamente mas idolatrando-os de um modo doentio. O resultado é o nosso empenho, a sangue-frio e por largos períodos de tempo, em actos que são praticados pelos animais apenas por breves momentos devido ao descontrole provocado pela raiva, pelo desejo ou pelo medo. Dado que usam e adoram símbolos, os homens tornam-se idealistas; e sendo idealistas eles podem transformar a avidez intermitente do animal nos grandiosos imperialismos de um Rhodes ou de um J. P. Morgan; ou a tendência para ameaçar, pontual no animal, pode gerar o estalinismo ou a Inquisição espanhola; o apego do animal ao seu território pode alimentar o delírio manipulado dos nacionalismos. Felizmente, os homens podem também transformar a bondade intermitente do animal numa longa existência de generosidade de uma Elizabeth Fry ou de um Vicent Paul; a devoção ocasional do animal a um companheiro ou companheira e aos seus filhotes pode levar, no homem, a uma racional e constante cooperação que, até agora, tem vindo a provar que pode salvar o mundo das consequências desastrosas dos idealismos. Mas continuará isto a ser suficiente para salvar o mundo? Esta questão não pode ser respondida. Tudo o que podemos dizer é que, com os idealistas do nacionalismo na posse da bomba atómica, as oportunidades a favor dos ideais de cooperação e de generosidade têm decrescido de maneira abrupta.

Mesmo o melhor livro de culinária não substitui o pior jantar. O facto parece suficientemente óbvio. Contudo, através dos tempos os mais profundos filósofos, os mais cultos e perspicazes teólogos têm vindo a cair no erro de identificarem as suas construções verbais com os factos, ou pior ainda, de imaginarem que os símbolos são de certo modo mais reais do que aquilo a que se referem; esta adoração pelas palavras não fica isenta de protesto. «Apenas o espírito», diz S. Paulo, «gera vida; a palavra mata.» «E por que», pergunta Eckhart, «falais tanto de Deus? O que quer que se diga de Deus é falso.» No outro lado do mundo, o autor de um dos *Mahayana sutras* afirmava que «a Verdade nunca foi pregada por Buda, uma vez que cada um tem de descobrir essa Verdade dentro de si». Tais afirmações foram vistas como profun-

damente subversivas, e as pessoas «respeitáveis» ignoraram-nas. A estranha e idolatrada sobrevalorização das palavras e símbolos continuou assim por testar. As religiões declinaram; mas o velho hábito de elaborar crenças e de impor fé nos dogmas persistiu até mesmo entre os ateus.

Recentemente, estudiosos da linguística desenvolveram uma completa análise dos símbolos, tentando saber como são estes utilizados no acto de pensar. A linguística tornou-se uma ciência e pode agora estudar-se uma matéria a que o falecido Benjamin Whorf deu o nome de metalinguística. Tudo isto é interessante mas não chega. Lógica e semântica, linguística e metalinguística — estas disciplinas são puramente intelectuais. Elas analisam várias perspectivas, correctas e incorrectas, com sentido e sem sentido, nas quais as palavras se podem relacionar com coisas, processos e acontecimentos. Mas não oferecem qualquer orientação no que diz respeito ao mais fundamental problema do relacionamento do homem com a sua totalidade psicológica, por um lado, e com os seus dois mundos, o dos dados e o dos símbolos, por outro.

Em qualquer parte do mundo e em todos os períodos da história, o problema foi sendo repetidamente solucionado individualmente por homens e mulheres. Mesmo quando eles falavam ou escreviam, esses indivíduos não criavam sistemas — porque sabiam que cada sistema é uma forte tentação para se tomar os seus símbolos demasiado a sério, para se dar mais atenção às palavras do que às realidades a que elas supostamente se ligam. O seu objectivo era o de nunca oferecerem explicações pré-fabricadas ou panaceias; eles pretendiam levar as pessoas a diagnosticarem e a curarem os seus próprios males, a chegarem a um ponto onde os problemas humanos e a sua solução se apresentassem como experiência directa.

Nesta obra, contendo uma selecção dos escritos e das palestras de Krishnamurti, o leitor vai encontrar uma clara e contemporânea exposição do problema humano fundamental, juntamente com um convite para a sua solução de acordo com o único modo que pode levar esse problema a ser solucionado — só através de cada ser humano. As soluções colectivas, nas quais tantos depositam a sua fé, nunca são adequadas. «Para compreendermos a infelicidade e a confusão que existem dentro de nós, e consequentemente no mundo, temos primeiro de encontrar clareza

dentro de nós, e essa clareza surge através do pensamento correcto. Essa clareza não se pode organizar, porque não pode ser passada a outro. O pensamento organizado e em grupo é meramente repetitivo. A lucidez interior não é resultante de palavras mas sim de intenso autoconhecimento e de pensamento correcto. O pensamento correcto não surge do uso intensivo do intelecto nem é conformidade com um padrão, por mais valioso ou nobre que este seja. O pensamento correcto nasce do autoconhecimento. Sem uma compreensão de nós mesmos, não temos uma base para o pensamento correcto; sem autoconhecimento, aquilo que pensamos não é verdadeiro.»

Este tema fundamental é desenvolvido por Krishnamurti passagem após passagem. «Há que confiar no homem, não na sociedade, não em sistemas, não nas religiões organizadas, há sim que confiar em cada um de nós.» As religiões organizadas, com os seus intermediários, os seus livros sagrados, dogmas, hierarquias e rituais, oferecem somente falsas soluções para os problemas básicos. «Quando citamos o *Bhagavad Gita*, ou a Bíblia, ou algum livro sagrado chinês, é óbvio que estamos meramente a repetir, não é? E aquilo que repetimos não é a Verdade. É uma mentira; porque a Verdade não pode ser repetida.» Uma mentira pode ser aumentada, proposta e repetida, e a Verdade não; e quando repetimos a Verdade, ela deixa de o ser, e assim os livros sagrados não são importantes. É através do autoconhecimento, não através do acreditar nos símbolos de quem quer que seja, que o ser humano atinge a Realidade Eterna, na qual o seu ser está enraizado. Acreditar na completa adequação ao supremo valor de um qualquer sistema de símbolos conduz, não à libertação, mas à história *(history)*, a mais dos mesmos velhos problemas. «A fé inevitavelmente separa. Se temos fé, ou se procuramos segurança na nossa crença particular, separamo-nos daqueles que procuram segurança em qualquer outra forma de crença. Todas as crenças organizadas estão baseadas na mesma separação, mesmo que preguem a fraternidade.» Aquele que resolveu com sucesso o problema da sua relação com o mundo dos conhecimentos e dos símbolos é um homem sem crenças. Quanto aos problemas práticos do dia-a-dia, ele toma em consideração várias hipóteses possíveis que sirvam os seus objectivos, mas que não são tomadas mais seriamente do que outra qualquer ferramenta ou instrumento. Na relação com os outros seres humanos e com

a realidade onde estão integrados, ele tem a experiência directa da percepção profunda e do amor. Foi para se proteger a si próprio das crenças que Krishnamurti não leu qualquer literatura sagrada, nem o *Baghavad Gita*, nem os *Upanishads*. Todos nós, de um modo geral, não lemos literatura sagrada; lemos os nossos jornais favoritos, revistas e histórias policiais. Isto significa que abordamos a crise dos nossos tempos, não com amor e compreensão profunda, mas «com fórmulas, com sistemas» — sendo estas fórmulas e sistemas muito pobres. Mas «os homens de boa vontade não usarão fórmulas»; porque as fórmulas conduzem inevitavelmente a um «pensar cego». Depender de fórmulas é algo quase universal. É uma inevitabilidade; porque «o nosso sistema de educação baseia-se no *objecto* em que pensamos e não no *como* pensar». Crescemos como membros crentes e praticantes de uma qualquer organização — comunista, cristã, muçulmana, hindu, budista, freudiana. Consequentemente, «respondemos ao desafio, que é sempre novo, de acordo com um padrão velho; e assim a nossa resposta não tem nenhuma validade, nem é nova, nem fresca; se respondemos como católicos ou comunistas, estamos a responder em conformidade com um certo padrão de pensamento, não é verdade? Deste modo, a nossa resposta não tem nenhum significado. Não terão o hindu, o muçulmano, o budista, o cristão criado este problema? Como a nova religião é a adoração do Estado, assim a velha religião era a adoração de uma ideia». Se respondemos a um desafio por intermédio do velho condicionamento, a nossa resposta não nos permitirá compreender esse novo desafio. Portanto, o que «cada um tem de fazer, para que possa encontrar-se com um novo desafio, é libertar-se completamente do passado e enfrentar o problema sem imagens». Por outras palavras, os símbolos nunca deveriam ascender à categoria de dogmas, nem qualquer sistema ser visto como sendo mais do que uma conveniência temporária. «Só através de uma compreensão criativa de nós mesmos pode vir a existir um mundo criativo, um mundo feliz, um mundo onde não existam ideias.» Um mundo onde não existissem ideias seria um mundo feliz, porque seria um mundo sem as poderosas forças condicionadoras que obrigam o homem a desenvolver acções inapropriadas; seria um mundo sem dogmas sagrados, em nome dos quais se têm justificado os piores crimes e se têm elaborado racionalmente as maiores loucuras.

Uma educação que nos ensina não *como* mas *o que* pensar é uma educação que pede uma classe governante de sacerdotes e de chefes. Mas «a própria ideia de mandar em alguém é anti-social e antiespiritual». Para aquele que exerce o poder, a liderança traz satisfação por esse facto; aqueles que são orientados, sentem a satisfação que vem do desejo de certeza e de segurança. O guru fornece uma espécie de droga. Mas podemos perguntar: «O que está Krishnamurti a fazer? Não estará a actuar como se fosse nosso guru?» Krishnamurti responde: «Certamente que não. Não estou a agir como vosso guru, porque, primeiro que tudo, não estou a dar-vos qualquer espécie de satisfação. Não estou a dizer-vos o que devem fazer a cada momento ou no dia-a-dia; estou somente a chamar a vossa atenção para algo; cada um pode aceitar ou rejeitar, tudo depende de cada um, não depende de mim. Não exijo nada de ninguém, nem adoração, nem elogios, nem insultos, nem os vossos deuses. Digo: *Isto é um facto*; aceitem-no ou rejeitem-no. E muitos vão rejeitá-lo, pela óbvia razão de não terem encontrado nele gratificação.»

O que oferece precisamente Krishnamurti? O que é que podemos receber se o desejarmos, mas que muito provavelmente preferimos pôr de lado? Não é, como verificámos, um sistema de crenças, um catálogo de dogmas, um conjunto de noções e de ideais preconcebidos. Não é liderança, meditação, direcção espiritual, nem sequer qualquer modelo. Não é o ritual, a igreja, o código, não é o querer mais, nem é uma qualquer forma inspirada de disparate.

Não será talvez a autodisciplina? Não, porque a autodisciplina não é de facto o caminho para resolver os nossos problemas. Para que se encontre a solução, a mente tem de abrir-se para a realidade, deverá encarar os dados do mundo interior e do mundo exterior sem preconceitos nem restrições. (A acção de Deus é liberdade perfeita, assim a liberdade perfeita é a acção de Deus.) Ao tornar-se disciplinada, a mente não passa por uma mudança radical; continua a ser o velho «eu», mas agora «amarrado, sob controle».

A autodisciplina faz parte da lista de coisas que Krishnamurti *não* oferece. Será que o que ele oferece é a prece? De novo, a resposta é não. «A prece pode trazer-vos a resposta que procurais; mas essa resposta pode vir do vosso inconsciente, ou de um reservatório geral, de um armazém onde estão todos os vossos

pedidos. A resposta não é a serena voz de Deus». E Krishnamurti continua: «Reparemos no que acontece quando se reza. Devido à constante repetição de certas frases e ao controle dos pensamentos, a mente aquieta-se, não é? Pelo menos, a mente consciente aquieta-se. Os cristãos ajoelham-se, os hindus sentam-se de uma certa maneira, repetindo e repetindo, e através dessa repetição a mente fica sossegada. Nessa tranquilidade existe um contacto muito próximo com algo. Essa situação íntima, que foi procurada pela oração, pode ter origem no inconsciente, ou pode ser a resposta das nossas memórias. Mas seguramente não é a voz da Realidade; porque a voz da Realidade é que vem até nós, não pode ser chamada, não pode ser pedida. Não podemos atraí-la à nossa pequena gaiola através da prática de *puja*, de *bhajan* e de tudo o resto, ou da oferta de flores, ou usando o suborno, ou reprimindo-nos, ou competindo com outros. Uma vez que tenhamos aprendido o truque de aquietar a mente através da repetição de palavras e de recebermos alguns "conselhos" durante esse estado, o perigo consiste — a menos que estejamos completamente vigilantes para sabermos de onde surgem essas sugestões — em ficarmos aprisionados, e assim a prece torna-se um substituto na procura da Verdade. Aquilo que procuramos, iremos ter; mas isso não será a Verdade. Se queremos, se pedirmos, receberemos mas no fim pagaremos por isso.»

Da oração passa-se ao ioga, e esta é outra coisa que Krishnamurti não oferece. Porque o ioga é concentração, e concentração é exclusão. «Construímos um muro de resistência através da concentração num pensamento que se escolheu, e tentamos afastar todos os outros.» Aquilo a que vulgarmente se chama meditação é uma simples «prática de resistência, de concentração exclusiva numa ideia da nossa escolha». Mas o que nos leva a escolher? «O que nos leva a dizer que isto é bom, verdadeiro, nobre, e que o resto não é? É óbvio que a escolha se baseia no prazer, no prémio e no sucesso pessoal; ou é a mera reacção do condicionamento pessoal ou da tradição. Por que é que escolhemos? Por que não examinamos cada pensamento? Quando estamos interessados em muitas coisas, por que escolhemos apenas uma? Por que não observamos cada um dos nossos interesses? Em vez de criarmos resistência, por que não nos dedicamos a cada interesse logo que ele surge, e não simplesmente concentrarmo-nos numa ideia, num interesse? Afinal, somos feitos de muitos interesses, temos muitas

máscaras, consciente ou inconscientemente. Por que havemos de escolher algo e rejeitar tudo o resto, num combate onde gastamos todas as nossas energias e que conduz à criação de resistência, conflito e fricção? Se tivermos em atenção cada pensamento no momento em que aparece — *cada* pensamento, não apenas alguns deles — então já não há qualquer exclusão. No entanto, é muito difícil examinar cada pensamento porque, enquanto estamos a olhar para um determinado pensamento, um outro faz a sua aparição. Mas se estivermos atentos, sem querer dominar ou justificar, veremos que, só por estarmos a olhar para um certo pensamento, nenhum outro se intromete. Só quando condenamos, comparamos, fazemos aproximações, é que outros pensamentos surgem.»

«Não julgueis para não serdes julgados.» Este preceito bíblico aplica-se tanto a nós como à nossa relação com os outros. Onde há julgamento moral, onde há comparação e condenação, está ausente uma mente aberta, e não poderemos assim libertar-nos da tirania dos símbolos e dos sistemas, do passado e do meio envolvente. A introspecção com um objectivo predeterminado, a auto-observação dentro dos limites de um qualquer código tradicional ou de um conjunto de dogmas «santificados» — tudo isso não pode ajudar-nos. Há uma espontaneidade transcendente na vida, uma «Realidade criativa», como lhe chama Krishnamurti, que se revela a si mesma, que emerge apenas quando a mente do observador está num estado de *vigilância passiva*, de *percepção sem escolha*. Julgamento e comparação obrigam-nos irremediavelmente à dualidade. Apenas a percepção sem escolha conduz à não-dualidade, à reconciliação dos opostos, em completa compreensão e em amor total. *Ama et fac quod vis*. Se amamos, podemos fazer o que quisermos. Mas se começamos por fazer o que queremos ou por aquilo que não queremos fazer em obediência a um sistema tradicional, a noções, a ideais e proibições, então nunca saberemos o que é amar. O processo libertador deve começar com a observação sem escolha daquilo que queremos, das nossas reacções ao sistema de símbolos que nos impõe aquilo que devemos ou não fazer. Através dessa observação sem escolha, à medida que ela penetra nos sucessivos níveis do ego e do subconsciente que lhe está associado, surgirá o amor e a compreensão; mas estes terão uma qualidade diferente daquela que habitualmente nos é familiar. A observação sem escolha — a cada momento e em todas as circunstâncias da vida — é a única meditação verdadeira. Todas as outras formas de ioga levam, ou ao

pensamento cego que resulta da autodisciplina, ou a qualquer tipo de êxtase auto-induzido, a qualquer forma de falso *samadhi*. A verdadeira libertação é «a liberdade interior da Realidade criativa». Isto «não é uma oferta; tem de ser descoberto e experienciado. Não é uma aquisição que consigamos para glorificação de nós mesmos. É um estado de ser, como o silêncio, onde não existe "vir a ser", onde há plenitude. Essa criatividade não terá necessariamente de se expressar; não é talento que tenha de ter manifestação exterior. Não precisamos de ser um grande artista ou actuar para audiências; se procuramos estas coisas perderemos a Realidade interior. Não se trata de uma dádiva nem é a exteriorização de um talento; temos de o descobrir, este tesouro imperecível, lá onde o pensamento se liberta do desejo, do querer doentio e da ignorância; lá onde o pensamento se liberta do mundano e da ânsia pessoal de afirmação. Essa Realidade é para ser experienciada através do pensamento correcto e da meditação. A auto-observação sem escolha levar-nos-á à Realidade criativa que está para além de todas as nossas destrutivas e forjadas crenças, levar-nos-á à serena sabedoria que existe desde sempre, apesar da ignorância, dos conhecimentos adquiridos, os quais são uma outra forma de ignorância. Os conhecimentos são símbolos e muitas vezes um impedimento à sabedoria, à compreensão, momento a momento, do «eu». A mente que atingiu a serenidade da sabedoria saberá estar, saberá o que é amar. O Amor não é nem pessoal nem impessoal. Amor é Amor, não pode ser definido ou descrito pela mente como sendo exclusivo ou inclusivo. O Amor é a sua própria eternidade; é a Verdade, o Supremo, o Imensurável».

Aldous Huxley

Capítulo I

INTRODUÇÃO

COMUNICAR uns com os outros, mesmo se nos conhecermos muito bem, é extremamente difícil. Posso usar palavras que podem ter para vós uma significação diferente da minha.

A compreensão vem quando nós, vós e eu, nos encontramos no mesmo nível, ao mesmo tempo. Isso acontece quando há verdadeira afeição entre as pessoas — entre marido e mulher, entre amigos íntimos. É uma verdadeira comunhão. Quando nos encontramos no mesmo nível, ao mesmo tempo, a compreensão instantânea acontece.

É muito difícil ter uma comunicação profunda, com facilidade e de maneira eficaz. Vou usar palavras simples, que não são técnicas, porque penso que qualquer tipo de expressão técnica não vai ajudar-nos a resolver os nossos problemas, tão difíceis; assim, não usarei quaisquer termos técnicos, quer psicológicos, quer científicos. Não tenho lido livros sobre psicologia ou livros religiosos, felizmente. Gostaria de transmitir, por meio de termos simples que usamos na nossa vida diária, uma significação mais profunda; mas isso será difícil se não se souber escutar.

Há uma *arte de escutar*. Para sermos de facto capazes de escutar, temos de abandonar e pôr de lado todos os pré-juízos, todas as pré-formulações e actividades diárias. Quando estamos num estado receptivo da mente, as coisas podem ser facilmente compreendidas; estamos a escutar quando damos verdadeira atenção a alguma coisa. Mas infelizmente, a maior parte de nós «escuta» através de uma cortina de resistência. Estamos obstruídos com preconceitos religiosos ou espirituais, psicológicos ou científicos; ou então com as nossas preocupações diárias, com os nossos desejos e os nossos medos. E é com tudo isto a servir de obstáculo que «escutamos». O que escutamos de facto, portanto, é o nosso próprio barulho interior, o nosso próprio som, e não o que está a ser dito. É extremamente difícil pôr de lado a nossa instrução, os nossos preconceitos, as nossas inclinações, a nossa resistência, e, chegando além

da expressão verbal, escutar, de modo a atingirmos instantaneamente a compreensão. Esta vai ser uma das nossas dificuldades.

Se durante esta palestra for dita alguma coisa que seja oposta à vossa maneira de pensar, e à vossa crença, escutai apenas; não resistais. Podeis ter razão e eu posso estar errado; mas ao escutarmos e reflectirmos juntos, vamos descobrir qual é a verdade. A verdade não nos pode ser dada por ninguém. Temos de a descobrir; e para descobrir tem de haver um estado da mente em que há percepção directa. Não há percepção directa quando há uma resistência, uma protecção. A compreensão surge quando temos o percebimento de *o que é*. Saber exactamente *o que é*, o real, o factual, sem o interpretar, sem o condenar ou justificar é, seguramente, o começo da sabedoria.

Só quando começamos a interpretar, a traduzir de acordo com o nosso condicionamento, de acordo com o nosso pré-juízo, é que perdemos a Verdade. Afinal é como uma investigação. Saber o que alguma coisa *é*, o que ela é exactamente, requer investigação — não podemos traduzi-la de acordo com as nossas disposições. Do mesmo modo, se formos capazes de olhar, de observar, de escutar, de estar atentos ao que *é* exactamente, então o problema é resolvido. E é isso que vamos tentar fazer em todas estas palestras. Vou apontar-vos *o que é*, e não traduzi-lo de acordo com a minha imaginação; nem deveis traduzi-lo ou interpretá-lo de acordo com o vosso condicionamento ou com a vossa instrução.

Não será, então, possível ter a percepção directa de todas as coisas tal como são? A partir daí, seguramente, pode haver compreensão. Reconhecer, aperceber-se, dar-se conta de *aquilo que é* põe fim ao conflito. Se sei que sou mentiroso, e isso é um facto que eu reconheço, então a luta acaba. O percebimento do que somos é já o começo da sabedoria, o começo da compreensão, que nos liberta do tempo. Introduzir a qualidade que é o tempo — o tempo não no sentido cronológico, mas como um meio, como um processo psicológico, como um processo da mente — é destrutivo, e cria confusão.

Assim, podemos compreender *o que é* quando o reconhecemos sem condenação, sem justificação, sem identificação. Saber que estamos numa certa condição, num certo estado, é já um processo de libertação; mas uma pessoa que não se apercebe da sua condição, do seu conflito, tenta ser algo diferente do que realmente *é*, vai criar um hábito.

Assim, portanto, lembremo-nos de que queremos examinar *o que é*, observar e apercebermo-nos exactamente do facto real, sem lhe darmos qualquer tendência, sem lhe darmos uma interpretação. Isso precisa de uma mente extraordinariamente penetrante, de um coração flexível para estarmos atentos e acompanharmos *o que é*; porque a realidade está constantemente em movimento, constantemente a sofrer uma transformação, e se a mente está presa na crença, no conhecimento acumulado, deixa de acompanhar o rápido movimento de *o que é*. A realidade *não* é estática, seguramente — está constantemente a mover-se, como podemos ver se a observamos muito de perto. Para a seguir, precisamos de uma mente muito ágil e de um coração flexível — que são negados quando a mente é estática, quando está fixada numa crença, num preconceito, numa identificação; e uma mente e um coração endurecidos não são capazes de acompanhar com facilidade e rapidez aquilo que, de facto, *é*.

Apercebemo-nos, penso eu, sem muita discussão, sem muita expressão verbal, que há caos, confusão e infelicidade tanto a nível individual como colectivo. Não existe somente na Índia, mas em todo o mundo; na China, na América, na Inglaterra, na Alemanha — por todo o mundo há confusão e sofrimento crescentes. Não são factos apenas nacionais, não existem particularmente aqui, existem em todo o mundo. Há um sofrimento extremamente intenso, e não é só individual mas colectivo. Trata-se portanto de uma catástrofe mundial, e limitá-la a uma área geográfica, a uma secção colorida do mapa, é absurdo; porque então não compreenderemos a completa significação deste sofrimento tanto mundial como individual. E estando conscientes desta confusão, qual é hoje a nossa resposta? Como reagimos?

Há sofrimento social, politico, religioso; todo o nosso ser psicológico está confuso, e todos os líderes, políticos e religiosos nos falharam; todos os livros perderam a sua significação. Pode-se recorrer ao *Bhagavad Guita* ou à Bíblia, ou ao mais recente tratado de política ou psicologia, e descobrir-se-á que eles perderam essa qualidade de autenticidade, de verdade, tornaram-se meras palavras. Vós mesmos, que sois repetidores dessas palavras, estais confusos e incertos, e a simples repetição das palavras não transmite nada. Portanto, as palavras e os livros perderam o seu valor; isto é, se citais a Bíblia, ou Marx ou o *Bhagavad Gita*, como vós, que os citais, estais vós mesmos incertos, confusos, a

vossa repetição torna-se uma mentira; porque o que aí está escrito torna-se mera propaganda, e a propaganda não é a Verdade. Assim, quando repetis, deixais de compreender o vosso próprio estado de ser. Estais apenas a cobrir com palavras de autoridade a vossa própria confusão. Mas o que estamos a tentar fazer é compreender esta confusão e não a encobri-la com citações; assim qual é a vossa resposta a isso? Como é que respondeis a este caos extraordinário, a esta confusão, a esta incerteza da existência? Tomai consciência disto, enquanto eu a investigo: segui, não as minhas palavras, mas o pensamento que está activo em vós.

Muitos de nós estão acostumados a ser espectadores e a não tomar parte no jogo. Lemos livros, mas nunca escrevemos livros. Tornou-se tradição nossa — o nosso hábito nacional e universal — sermos espectadores, assistir a um desafio de futebol, ouvir os políticos e oradores públicos. Somos meros assistentes, e perdemos a capacidade criativa. Sendo assim, queremos absorver e participar.

Mas se ficarmos meramente a olhar, se somos meros espectadores, perderemos inteiramente a significação deste discurso, porque isto não é uma conferência que ficais a ouvir por força do hábito. Não vou dar-vos nenhuma informação que podeis colher numa enciclopédia. O que vamos tentar fazer é compreender os pensamentos uns dos outros, para entender, tanto quanto possível, tão profundamente quanto pudermos, as sugestões, as reacções dos nossos próprios sentimentos. Assim, averiguaremos qual é a nossa resposta a esta causa, a este sentimento; não quais são as palavras de outra pessoa, mas como nós mesmos respondemos. A nossa resposta será de indiferença, se beneficiamos do sofrimento, do caos, se tiramos proveito dele, seja ele económico, social, político ou psicológico. Sendo assim, não nos importamos se este caos continuar.

Seguramente, quanto maior perturbação houver no mundo, quanto maior o caos, mais a pessoa procura segurança. Não reparastes nisso? Quando há confusão no mundo, psicologicamente e de todas as maneiras, a pessoa fecha-se em alguma espécie de segurança, seja numa conta no banco, seja numa ideologia; ou então, volta-se para a oração, vai ao templo — o que significa fugir do que está a acontecer no mundo. Cada vez mais se estão a formar seitas, cada vez mais «ismos» estão a espalhar-se por

todo o mundo. Porque quanto mais confusão existe, mais se deseja um líder, alguém que nos guie e nos ajude a sair desta confusão, e assim voltamo-nos para os livros religiosos, ou para um dos mais recentes instrutores; ou então agimos e respondemos de acordo com um sistema que parece resolver o problema, um sistema de «esquerda» ou de «direita». Isso é exactamente o que está a acontecer.

No momento em que nos damos conta da confusão, tentamos fugir-lhe. Aqueles que oferecem um sistema para a solução do sofrimento, económico, social ou religioso, são os piores; porque então o sistema torna-se importante e não o homem — seja ele um sistema religioso ou um sistema de «esquerda» ou de «direita». O sistema torna-se importante, a filosofia, a ideia, torna-se importante e não o ser humano; e por causa da ideia, da ideologia, está-se disposto a sacrificar toda a humanidade, o que é exactamente o que está a acontecer no mundo. Isto não é meramente a minha interpretação; se observarmos, veremos que é exactamente o que está a suceder. O sistema tornou-se importante. Portanto, como o sistema se tornou importante, os seres humanos — vós e eu — perdem significação; e os controladores do sistema, seja ele religioso ou social, seja da «esquerda» ou da «direita», assumem o poder e por isso assumem autoridade, e portanto sacrificam o indivíduo. Isso é, sem dúvida, o que acontece.

Ora, qual é a causa desta confusão, desta angústia? Como é que esta angústia surge, este sofrimento, não apenas interiormente, mas também exteriormente, este medo, esta expectativa de guerra, a terceira guerra mundial que nos ameaça? Qual é a causa de tudo isto? Certamente que isto indica o colapso de todos os valores morais, espirituais, e a glorificação de todos os valores sensuais, do valor das coisas feitas pela mão ou pela mente. Que acontece quando não temos outros valores, excepto o valor das coisas dos sentidos, o valor dos produtos da mente, da mão ou da máquina? Quanto mais significação damos ao valor sensorial das coisas, tanto maior a confusão, não é assim? Volto a dizer que isto não é uma teoria minha. Não precisamos de citar livros para vermos que os nossos valores, as nossas riquezas, a nossa existência económica e social são baseados em coisas feitas pela mão ou pela mente. Deste modo, vivemos, funcionamos e temos o nosso ser impregnado de valores sensoriais, o que significa que as coisas, as coisas da mente, as coisas da mão e da máquina se

tornam importantes; e quando as coisas se tornam importantes, a crença torna-se predominantemente significativa — o que está exactamente a suceder no mundo, não é verdade? Assim, dar cada vez mais significação aos valores dos sentidos cria confusão; e estando em confusão, tentamos fugir dela por vários meios, quer religiosos, económicos ou sociais, quer pela ambição, pelo poder, pela procura da Realidade. Mas o Real está próximo, não temos de procurá-lo; e um homem que procura a Verdade não é capaz de a encontrar.

A Verdade está no que *é* — e nisto reside a sua beleza. Mas no momento em que pensamos nela, em que a buscamos, começamos a lutar, e um homem que luta não é capaz de compreender. É por isso que precisamos de estar tranquilos, de ser observadores, passivamente vigilantes. Vemos que o nosso viver, a nossa acção está sempre dentro do campo da destruição, dentro do campo do sofrimento psicológico; como uma onda, a confusão e o caos submergem-nos sempre. Não existe um intervalo na confusão da existência.

O que quer que façamos presentemente parece conduzir ao caos, parece conduzir ao sofrimento e à infelicidade. Olhemos para as nossas vidas e veremos que o nosso viver está sempre na orla do sofrimento. O nosso trabalho, a nossa actividade social, as nossas políticas, as várias reuniões de nações para parar a guerra, tudo isso produz mais guerra. A destruição vem sempre na esteira do viver; o que quer que façamos conduz à morte. Isso é o que está de facto a acontecer.

Seremos nós capazes de pôr fim a esta infelicidade imediatamente, e não continuarmos sempre a ser apanhados pela onda de confusão e sofrimento? Isto é, grandes mestres espirituais, como Buda ou Cristo, vieram, aceitaram a fé, tornando-se, talvez, libertos da confusão e do sofrimento. Mas não impediram o sofrimento, não acabaram com a confusão. A confusão e o sofrimento continuam. Se nós, vendo esta confusão social e económica, este caos, esta infelicidade, nos refugiarmos na chamada «vida religiosa» e abandonarmos o mundo, poderemos sentir que estamos a juntar-nos a esses grandes mestres; mas o mundo continua com o seu caos, a sua infelicidade e destruição, com o sofrimento permanente — sofrimento dos seres ricos e pobres. Assim, o nosso problema, vosso e meu, é se poderemos sair desta desgraça instantaneamente. Se, vivendo no mundo, recusarmos

fazer parte dele, ajudaremos outros a sair deste caos — não no futuro, não amanhã, mas *agora*. Esse é seguramente o nosso problema.

A guerra está provavelmente a chegar, mais destrutiva, mais terrível do que nunca. É certo que não seremos capazes de a impedir, porque os problemas são demasiadamente fortes e demasiadamente próximos. Mas vós e eu podemos perceber a confusão e o sofrimento *imediatamente*, não é assim? Temos de percebê-los, e então estaremos numa posição de sermos capazes de despertar a mesma compreensão da verdade em outra pessoa. Por outras palavras, poderemos ficar instantaneamente livres — porque essa é a única maneira de sairmos desta agonia. A percepção só pode ter lugar no presente; mas se dizemos, «Farei isso amanhã», a onda de confusão apanhar-nos-á e ficaremos então sempre envolvidos nela.

Ora será possível chegar a esse estado quando nós mesmos percebemos a verdade instantaneamente e portanto pôr fim à confusão? Digo que é, e que esse é o único caminho possível. Digo que isso pode ser feito e deve ser feito, sem me basear na suposição ou na crença. Produzir esta extraordinária revolução — que não é a revolução para se ver livre dos capitalistas, para instalar outro grupo —, produzir esta maravilhosa revolução, que é a *única* revolução verdadeira, é o problema. O que geralmente se chama revolução é meramente a modificação ou a continuação da «direita», de acordo, com as ideias da «esquerda». Afinal, a «esquerda» é a continuação da «direita» numa forma modificada. Se a «direita» for baseada em valores dos sentidos, a «esquerda» é apenas uma continuação dos mesmos valores dos sentidos, diferindo apenas em grau ou expressão. Portanto, a verdadeira revolução só pode ter lugar quando cada um de nós, o indivíduo, se tornar muito atento na sua relação com o outro. Seguramente, o que cada um de vós é na sua relação com o outro, com a sua mulher, o seu filho, o seu patrão, o seu vizinho, é a sociedade. A sociedade por si só não existe. *A sociedade é o que vós e eu criamos no nosso relacionamento*; é a projecção exterior de todos os nossos próprios estados psicológicos. Assim, se vós e eu não nos compreendermos a nós mesmos, transformar meramente o exterior, que é a projecção do interior, não tem qualquer significado; isto é, não pode haver nenhuma alteração significativa ou modificação na sociedade enquanto não me

compreender a mim mesmo na relação convosco. Se eu estiver confuso na minha relação, crio uma sociedade que é a réplica, a expressão exterior daquilo que sou. Isto é um facto óbvio, que podemos discutir. Podemos discutir se a sociedade, a expressão exterior, me produziu a mim, ou se eu produzi a sociedade.

Não é, pois, um facto óbvio que o que eu sou no meu relacionamento com outrem cria a sociedade? E que, sem me transformar radicalmente a mim mesmo, não pode haver qualquer transformação da função essencial da sociedade? Quando contamos com um sistema para a transformação da sociedade, estamos apenas a evitar a questão, porque um sistema não pode transformar o homem; é sempre o homem que transforma o sistema — o que a história mostra. Até que eu, na minha relação convosco, me compreenda a mim mesmo, sou causa do caos, da infelicidade, da destruição, do medo, da brutalidade. Compreender-me a mim mesmo *não é* uma questão de tempo; posso compreender-me neste preciso momento. Se digo «Vou compreender-me amanhã», estou a trazer a desordem e a infelicidade, a minha acção é destrutiva. No momento em que digo «Vou compreender» introduzo o elemento tempo e assim já estou apanhado na onda da confusão e da destruição.

A compreensão é *agora*, não amanhã. «Amanhã» é para a mente preguiçosa, indolente, a mente que não está interessada. Quando estamos interessados em alguma coisa, fazemo-la instantaneamente, há compreensão imediata, imediata transformação. Se não mudarmos agora, nunca mudaremos, porque a mudança que tem lugar «amanhã» é mera modificação, não é transformação. A transformação só pode acontecer imediatamente; a revolução é *agora*, não «amanhã».

Quando ela acontece, ficamos completamente libertos de problemas, porque então o «eu» já não está preocupado consigo mesmo, e estamos para além da onda de destruição.

Capítulo II

QUE ESTAMOS A PROCURAR?

DE QUE ESTAMOS à procura, quase todos nós? Que é que cada um de nós deseja alcançar? Especialmente neste mundo inquieto, é importante descobrir onde é que todos estão a tentar encontrar alguma espécie de paz, alguma espécie de felicidade, um refúgio, não é assim? Que é que estamos a tentar procurar, que estamos a tentar descobrir?

Provavelmente, quase todos estamos à procura de alguma espécie de felicidade, de alguma espécie de paz; num mundo atormentado pela agitação, pelas guerras, pela discórdia, pela luta — desejamos um refúgio onde possa haver alguma paz. Penso que é isso o que quase todos desejamos. Assim, empenhamo-nos na procura — passamos de um guia para outro, de uma organização religiosa para outra, de um instrutor para outro.

Ora será que estamos à procura de felicidade autêntica ou de uma espécie de satisfação, da qual esperamos obter a felicidade? Há diferença entre felicidade e satisfação. Será que se pode *procurar* a felicidade? Talvez se possa encontrar a satisfação, mas certamente não se pode encontrar a felicidade. A felicidade é um derivado, um subproduto de uma outra coisa. Assim, antes de darmos as nossas mentes e os nossos corações a algo que exige muito empenhamento, muita atenção, muito pensamento e cuidado, temos de descobrir o que estamos de facto a procurar — se a felicidade, se a satisfação. Receio que a maioria de nós esteja à procura de satisfação. Desejamos estar satisfeitos, desejamos um sentimento de plenitude; no fim da nossa busca.

Afinal, se estamos à procura de paz, podemos encontrá-la com muita facilidade. Podemos devotar-nos cegamente a uma causa qualquer, a uma ideia, e encontrar abrigo aí. Certamente que isso não resolve o problema. O mero isolamento na clausura de uma ideia não é um modo de nos libertarmos do conflito. Precisamos de descobrir interior e exteriormente o que cada um de nós quer.

Se virmos isso claramente, não precisamos de ir a lado nenhum, não precisamos de procurar nenhum instrutor, nenhuma igreja, nenhuma organização. A nossa dificuldade, portanto, é a de vermos claramente em nós mesmos, relativamente à nossa intenção, não é verdade? E será que somos capazes de ver claramente? — Será que essa clareza vem através da busca, de tentar descobrir o que outros dizem, desde o mais famoso instrutor ao vulgar pregador de igreja ao virar da esquina? Será que precisamos de procurar alguém para descobrir? Mas é isso que estamos a fazer, não é? Lemos inúmeros livros, assistimos a muitas reuniões e discutimos os assuntos, ligamo-nos a várias organizações — tentando assim encontrar um remédio para o nosso conflito, para as desgraças da nossa vida. Ou, se não fazemos tudo isso, pensamos que já encontrámos o que procurávamos; isto é, que uma determinada organização, um determinado instrutor ou um determinado livro nos satisfaz; encontrámos tudo o que queríamos; e ficamos aí, cristalizados e fechados.

Será que não procuramos, em toda esta confusão, algo que seja permanente, perdurável, algo a que chamamos o Real, Deus, a Verdade, ou o que quisermos? — o nome não importa, porque a palavra, seguramente, não é a coisa. Portanto, não nos deixemos prender pelas palavras. Deixemos isso para os conferencistas profissionais... Há em quase todos nós uma procura de algo permanente, não é assim?, algo a que possamos agarrar-nos, algo que nos dará segurança, esperança, entusiasmo e certeza duradoiros, porque dentro de nós estamos muito inseguros. Não nos conhecemos a nós mesmos. Conhecemos muitos factos e o que os livros dizem; mas não conhecemos *por nós mesmos*, não temos uma experiência directa.

E que é isso a que chamamos permanente? Que é isso que estamos a procurar, que nos dará ou que esperamos que nos dê a permanência? Não estamos nós a procurar a felicidade permanente, a satisfação permanente, a certeza permanente? Queremos algo que dure eternamente e que nos dê satisfação. Se nos despojarmos de todas as palavras e frases, e olharmos realmente, veremos que é isso que queremos. Queremos prazer permanente, a que chamamos Verdade, Deus ou o que se quiser.

Muito bem, desejamos prazer. Talvez este possa ser um modo muito rude de o dizer, mas isso é realmente o que desejamos — conhecimento que nos dê prazer, experiência que nos dê prazer,

uma satisfação que não definhe amanhã. Já experimentámos várias satisfações e todas se desvaneceram, e agora esperamos encontrar satisfação permanente na Realidade, em Deus. É isso, certamente, o que estamos a procurar — os habilidosos e os estúpidos, o teórico e o prático que luta para obter qualquer coisa. Mas há satisfação permanente? Existe algo que seja permanente?

Se procurarmos satisfação permanente, chamando-lhe Deus, ou Verdade, ou o que se quiser — o nome não é importante —, com certeza devemos compreender aquilo de que estamos à procura, não é assim? Quando dizemos «Estou à procura da felicidade permanente» — Deus ou a Verdade ou o que for — não devemos também compreender a entidade que procura? Porque podem não existir a segurança e a felicidade permanentes. A Verdade pode ser algo inteiramente diferente; e penso que é inteiramente diferente do que se pode ver, conceber, formular.

Portanto, antes de procurarmos algo permanente, não será obviamente necessário compreender *aquele que procura*? Será aquele que procura diferente daquilo que procura? Quando dizemos «Estou à procura da felicidade», será o pensador diferente do pensamento? Não são eles um fenómeno conjunto e não processos separados? Portanto, é essencial compreender aquele que procura, antes de tentar descobrir aquilo que está a procurar.

Chegamos assim ao ponto em que perguntamos a nós mesmos muito séria e profundamente, se a paz, a felicidade, a Realidade, Deus, ou seja o que for, nos pode ser dado por outra pessoa. Será que esta incessante procura, esta ânsia poderá dar-nos aquele extraordinário sentido de Realidade, aquele estado criador que surge quando realmente nos compreendemos a nós mesmos? Será que o autoconhecimento vem através da procura, através de seguirmos alguém, através de pertencermos a uma determinada organização, de lermos livros, etc.? Esta é afinal a questão principal, ou seja, enquanto não me compreender a mim mesmo, não tenho base para o pensamento, e toda a minha procura será em vão. Posso refugiar-me em ilusões, afastar-me da competição, da luta, do conflito; posso venerar uma pessoa; posso procurar a minha salvação através de outrem. Mas enquanto não me conhecer a mim mesmo, enquanto não estiver atento ao processo total de mim mesmo, não tenho base para o pensamento, para o afecto, para a acção.

Mas essa é a última coisa que queremos: conhecer-nos a nós mesmos. Ela é porém a única base sobre a qual podemos construir. Mas, antes de podermos construir, antes de podermos transformar, antes de podermos condenar ou destruir, temos de saber o que somos. Pôr-nos a procurar, a mudar de instrutores, de gurus, a praticar ioga, controlar a respiração, a praticar rituais, a seguir «mestres» e tudo o resto, é completamente inútil. Não será? Não tem qualquer sentido, mesmo que essas mesmas pessoas que seguimos possam dizer: «Estude-se a si mesmo» — porque aquilo que somos o mundo é. Se somos mesquinhos, ciumentos, vaidosos, ambiciosos — *isso* é o que criamos à nossa volta, isso é a sociedade em que vivemos.

Parece-me que antes de iniciarmos uma viagem para encontrar a Realidade, para encontrar Deus, antes de sermos capazes de agir, antes de sermos capazes de nos relacionarmos com os outros — que são a sociedade — é essencial começar primeiro a compreender-nos a nós mesmos. Considero que uma pessoa séria é aquela que está completamente empenhada nisto, *primeiro*, e não em como chegar a um objectivo particular, porque, se vós e eu não nos compreendermos a nós mesmos, como poderemos, na acção, criar uma transformação na sociedade, no relacionamento, em qualquer relacionamento, em qualquer coisa que façamos? E isso não significa, obviamente, que o autoconhecimento seja oposto a, ou esteja isolado do relacionamento. Não significa, obviamente, a exaltação do indivíduo, do «eu», como oposto à massa, como oposto a outro indivíduo.

Sem nos conhecermos a nós memos, sem conhecermos o nosso próprio modo de pensar, e por que pensamos certas coisas, sem conhecermos o fundo *(background)* do nosso condicionamento e por que temos certas crenças sobre religião e arte, sobre o nosso país e o nosso semelhante e sobre nós mesmos, como poderemos pensar, com verdade, acerca de qualquer coisa? Sem conhecermos os nossos condicionamentos, sem conhecermos a substância do nosso pensamento, e de onde ele vem — seguramente a nossa procura é completamente fútil, a nossa acção não tem sentido. Quer sejamos americanos ou hindus, ou qualquer que seja a nossa religião, isso não tem qualquer significado.

Antes de podermos descobrir qual é o objectivo final da vida, o que é que tudo isto significa — guerras, antagonismos nacionais, conflitos, toda esta confusão —, temos de começar connosco

mesmos, não é assim? Parece muito fácil, mas é extremamente difícil. Para nos observarmos a nós mesmos, para vermos como o nosso pensamento opera, precisamos de estar extraordinariamente vigilantes, para que comecemos a estar cada vez mais despertos para as complexidades do nosso próprio pensamento, reacções e sentimentos, e começarmos a ter uma maior atenção, não só relativamente a nós mesmos, como relativamente ao outro com quem estamos em relação.

Conhecer-se a si mesmo é estudar-se a si mesmo na acção, que é relação. A dificuldade é que somos muito impacientes; queremos chegar depressa, queremos atingir um fim, e assim não temos nem o tempo nem a ocasião para darmos a nós mesmos a oportunidade para estudar, para observar. Em vez disso empenhamo-nos em várias actividades — para ganhar a vida, para criar os filhos — ou aceitamos certas responsabilidades em várias organizações; empenhamo-nos tanto de diferentes maneiras que dificilmente temos algum tempo para reflectir sobre nós mesmos, para nos observarmos, para nos estudarmos. Deste modo, a responsabilidade da reacção depende, de facto, de nós mesmos, e de mais ninguém. Andar pelo mundo a procurar gurus e os seus sistemas, ler os livros mais recentes sobre este ou aquele assunto, parece-me completamente vazio, completamente fútil, porque podemos andar por toda a Terra, mas temos de voltar a nós mesmos. E, como a generalidade das pessoas está totalmente desatenta em relação a si mesma, é extremamente difícil começar a ver claramente o processo do nosso pensar, sentir e agir.

Quanto mais nos conhecemos a nós mesmos, tanto maior clareza temos. O autoconhecimento é infinito; não chegamos a alcançar qualquer meta, não chegamos a uma conclusão. É um rio sem fim. À medida que o estudamos, e vamos penetrando nele cada vez mais, encontramos a paz. Só quando a mente está tranquila — devido ao autoconhecimento, e não a qualquer autodisciplina imposta — só então, nessa tranquilidade, nesse silêncio, a Realidade pode surgir. Só então pode haver felicidade profunda, pode haver acção criadora. E parece-me que sem esta compreensão, sem esta experiência, pormo-nos meramente a ler livros, a assistir a conferências, a fazer propaganda, é muito infantil — é apenas uma actividade sem muito sentido. Mas se, pelo contrário, formos capazes de nos com-

preendermos a nós mesmos, e por isso fazer nascer aquela felicidade criadora, aquele experienciar algo que não pertence à mente, então talvez possa acontecer uma transformação no relacionamento imediato, à nossa volta e, portanto, no mundo em que vivemos.

Capítulo III

O INDIVÍDUO E A SOCIEDADE

O PROBLEMA QUE confronta a maior parte das pessoas é saber se o indivíduo é meramente um instrumento da sociedade, ou o fim para o qual a sociedade existe. Somos nós, vós e eu, como indivíduos, para ser usados, dirigidos, educados, controlados, moldados segundo um certo padrão, pela sociedade e pelo governo; ou será que a sociedade, o Estado existe para o indivíduo? Será o indivíduo o fim para o qual existe a sociedade; ou será ele meramente um fantoche para ser ensinado, explorado, massacrado como instrumento de guerra?

É esse o problema com que estamos a ser confrontados. É esse o problema do mundo; se o indivíduo é um mero instrumento da sociedade, um brinquedo à mercê de influências pelas quais é moldado; ou se a sociedade existe para o indivíduo.

Como vamos descobrir isso? É um problema sério, não é assim? Se o indivíduo é meramente um instrumento da sociedade, então a sociedade é muito mais importante do que o indivíduo. Se isso é verdade, então temos de abandonar a individualidade e de trabalhar para a sociedade; todo o nosso sistema educativo terá de sofrer uma revolução completa e o indivíduo terá de ser transformado num instrumento para ser usado e destruído, liquidado, eliminado. Mas se a sociedade existe para o indivíduo, então a função da sociedade não é fazê-lo ajustar-se a um padrão. Mas dar-lhe o sentido e o desejo da liberdade. Assim, temos de descobrir qual dos sistemas é falso.

Como vamos investigar este problema? É um problema vital, não é assim? Não depende de qualquer ideologia, quer da «esquerda», quer da «direita»; e se depender realmente de uma ideologia, então trata-se apenas de uma questão de opinião. As ideias geram sempre inimizade, confusão, conflito. Se depende de livros, da «esquerda» ou da «direita» ou de livros sagrados, então está-se dependente da mera opinião — seja de Buda, de Cristo, do capitalismo, do comunismo ou do que quer que seja. Trata-se de ideias e não da

Verdade. Um facto nunca pode ser negado. A opinião *acerca* do facto pode ser negada. Se formos capazes de descobrir a verdade sobre este problema, seremos capazes de agir independentemente da opinião. Não será, portanto, necessário pôr de lado o que outros têm dito? A opinião do «esquerdista» ou a de outros líderes é o resultado do seu condicionamento, desse modo, se para a descoberta de nós próprios dependermos do que se encontra nos livros, ficamos simplesmente prisioneiros de opiniões. Não se trata assim de uma questão de verdadeiro conhecimento.

Como vamos descobrir a verdade disto? É a partir daí que iremos agir. Para encontrar a verdade a este respeito, temos de estar libertos de toda a propaganda, o que significa sermos capazes de olhar para o problema independentemente da opinião. *Toda a tarefa da educação consiste em despertar o indivíduo.*[1]

Para vermos a verdade disto, teremos de ser muito lúcidos, o que significa que não podemos depender de guia algum. Quando escolhemos um guia, fazemo-lo por estarmos confusos, e assim os nossos guias também estão confusos, como estamos a ver acontecer no mundo. Não podemos, portanto, esperar orientação ou ajuda do «nosso» guia.

A mente que deseja compreender um problema deve não apenas compreender completa e integralmente o problema, mas deve ser capaz de o acompanhar com rapidez, porque o problema nunca é estático. O problema é sempre novo, quer seja um problema de extrema carência alimentar, um problema psicológico, ou qualquer outro. Toda a crise é sempre nova; portanto, para a compreender, a mente precisa sempre de ser fresca, lúcida e rápida, para a acompanhar.

Penso que quase todos nós reconhecemos a urgência de uma *revolução interior*, pois só ela pode trazer uma transformação radical do exterior, da sociedade. Este é o problema com o qual eu

[1] Krishnamurti fundou oito escolas experimentais — na Índia, na Inglaterra e nos Estados Unidos. Nelas se dá atenção à necessidade de uma boa preparação académica, mas é considerado essencial que os jovens e os educadores se compreendam a si mesmos, no espelho da sua relação com os outros. Por isso, é dada especial atenção ao desenvolvimento integral do ser humano, nos seus aspectos de actividade, de inteligência e de sensibilidade, através da ligação ao ambiente social e natural. Procura-se também que os estudantes sintam a alegria de *aprender*, sem competição ou pressão. (*NT*)

próprio e todas as pessoas seriamente intencionadas estamos ocupados. Como fazer acontecer uma transformação fundamental, uma transformação radical na sociedade, é o nosso problema; e esta transformação do exterior não pode surgir sem uma revolução interior. Dado que a sociedade é sempre estática, qualquer acção, qualquer reforma realizada sem esta revolução interior torna-se igualmente estática; assim, não há qualquer esperança, a não ser que haja esta constante revolução interior, porque, sem ela, a acção exterior torna-se repetitiva, como um hábito. A acção resultante do relacionamento entre vós e outrem, entre vós e mim, é que constitui a sociedade, e essa sociedade tornar-se-á estática, não terá nenhuma qualidade vivificadora, enquanto não existir esta constante revolução interior, uma *transformação psicológica* criadora. E é porque esta constante revolução interior não existe, que a sociedade está sempre a tornar-se estática, cristalizada, e tem portanto que se desagregar completamente.

Qual é a relação entre vós e o extremo sofrimento, a confusão, existente em vós e à vossa volta? Esta confusão, esta agonia, seguramente não apareceu por si mesma. Fomos nós que a criámos — não uma sociedade capitalista, comunista ou fascista. Fomos vós e eu que a criámos no nosso relacionamento uns com os outros. O que sois interiormente «projecta-se» no exterior, no mundo; o que sois, o que pensais e o que sentis, o que fazeis na vossa existência diária é «projectado» exteriormente, e é isso que constitui o mundo. Se somos infelizes, confusos, caóticos interiormente, isso «projecta-se» e torna-se o mundo, que se torna a sociedade, porque a relação entre vós e eu, entre mim e o outro é a sociedade — *a sociedade é o produto da nossa relação* —, e se a nossa relação é confusa, egocêntrica, estreita, limitada, nacionalista, «projectamos» isso e criamos caos no mundo.

O que sois, o mundo é. Assim, o vosso problema é o problema do mundo. Isto é, sem dúvida, um facto simples e básico. Na nossa relação com uma só pessoa, ou com muitas, parecemos sempre estar, de algum modo, esquecidos deste ponto. Queremos criar a mudança por meio de um sistema ou de uma revolução nas ideias ou nos valores, baseados num sistema, esquecendo que somos vós e eu que criamos a sociedade, que produzimos a confusão ou a ordem, pelo modo como vivemos. Por isso, temos de começar pelo que está perto, isto é, dar atenção à nossa vida diária, aos nossos pensamentos, sentimentos e acções, que se revelam na maneira de

ganhar a nossa vida e na nossa relação com as ideias ou as crenças. É nisto que consiste a nossa existência diária, não é assim? Estamos muito interessados no nosso sustento, em obter empregos, em ganhar dinheiro, estamos muito interessados na nossa relação com a nossa família ou com os nossos vizinhos, e estamos interessados em ideias e crenças. Ora, se examinarmos os nossos interesses veremos que eles se baseiam fundamentalmente na inveja e não são só um meio de ganhar a vida.

A sociedade está construída de tal modo que é um processo de conflito constante, de constante «vir a ser»; está baseada na avidez, na inveja — na inveja daquele que está acima de nós —, o empregado desejando tornar-se patrão, o que mostra que ele não está só interessado num meio de subsistência, mas em adquirir posição e prestígio. Esta atitude cria, naturalmente, destruição na sociedade, na relação, mas se vós e eu estivéssemos apenas interessados no nosso sustento, descobriríamos os meios correctos de o ganhar, meios não baseados na inveja. A inveja é um dos factores mais destrutivos do relacionamento porque ela indica o desejo de poder, de posição, o que conduz, em última análise, à actividade política — as duas estão intimamente relacionadas. O empregado, quando deseja tornar-se gerente, torna-se um factor na criação das políticas de poder que produzem a guerra; assim, ele é directamente responsável pela guerra.

Em que está baseado o nosso relacionamento? A relação entre vós e mim, entre vós e outrem — e isso é a sociedade —, em que está ela baseada? Certamente não no Amor, embora falemos nele. Não está baseada no Amor, porque se houvesse Amor haveria ordem, haveria paz, felicidade entre vós e mim. Mas nessa relação entre vós e mim há muita malevolência que assume a forma de «respeito». Se pensássemos e sentíssemos com afeição, não haveria esse «respeito» nem essa malevolência, porque seríamos indivíduos ligados, não como discípulo e mestre, não como marido dominador da mulher, nem como mulher dominando o marido. Quando há malevolência há um desejo de domínio que traz consigo inveja, irritação, paixão, todos criadores de constante conflito nas nossas relações, do qual tentamos fugir, e que produzem mais caos e mais sofrimento.

Agora, relativamente às ideias que fazem parte da nossa existência diária, às crenças e às normas, não estarão elas a corromper as nossas mentes? Por que é a falta de inteligência?

Falta de inteligência é atribuir falsos valores às coisas que a mente cria ou às coisas que as mãos produzem. A maior parte dos nossos pensamentos brota do instinto autoprotector. Não será que as nossas ideias — tantas delas — não recebem a significação errada, aquela que de facto não têm? Portanto, quando temos crenças — religiosas, económicas ou sociais —, quando acreditamos em Deus, em ideias, num sistema social que separa o homem do homem, no nacionalismo, etc., estamos certamente a dar à crença um falso valor, o que indica falta de inteligência; uma vez que a crença divide os homens e não os une. Vemos assim que, pela nossa maneira de viver, podemos criar a ordem ou o caos, a paz ou o conflito, a felicidade ou o sofrimento.

Assim, o problema que temos é o de saber se pode existir uma sociedade estática e ao mesmo tempo um indivíduo em quem se processe essa constante revolução. Ou seja, a revolução na sociedade deve começar pela transformação interior, a transformação psicológica do indivíduo.

Quase todos nós queremos ver uma transformação radical na estrutura social. Aí reside a luta que se trava no mundo — produzir uma revolução social pelos métodos comunistas ou outros. Ora se houver uma revolução social, essa acção relativa à estrutura exterior do ser humano, e por muito radical que essa revolução social possa ser, a sua própria natureza é estática. se não houver uma revolução interior do indivíduo, uma revolução psicológica. Deste modo, para produzir uma sociedade não repetitiva, nem estática, não sujeita à desintegração, uma sociedade que esteja constantemente viva, é imprescindível uma revolução na estrutura psicológica do indivíduo, porque, sem uma revolução interior, psicológica, a mera transformação do exterior tem muito pouco sentido. Ou seja, a sociedade está sempre a tornar-se cristalizada, estática, e portanto está sempre a desintegrar-se. Por mais leis que se promulguem, e por mais sábias que sejam, a sociedade está sempre num processo de decadência, porque a revolução deve acontecer interiormente, e não meramente no exterior.

Penso que é importante compreender isto, e não passar-lhe por cima levianamente. A acção exterior, quando realizada, acaba-se, é estática; se a relação entre os indivíduos, que é a sociedade, não resultar da revolução interior, então a estrutura social, sendo estática, absorve o indivíduo e portanto torna-o igualmente estático, repetitivo.

Compreendendo isto, reconhecendo a extraordinária significação deste facto, a questão de concordar ou discordar já não tem razão de existir. É um facto que a sociedade está sempre a cristalizar-se e a absorver o indivíduo, e que a revolução constante, a revolução criadora, só pode realizar-se nas relações individuais, que são a sociedade.

Vemos como a estrutura da sociedade actual, na Índia, na Europa, na Amércia, em todas as partes do mundo, está rapidamente a desintegrar-se; e sabemo-lo nas nossas próprias vidas. Podemos observá-lo quando andamos pelas ruas. Não precisamos de grandes sociólogos para nos mostrar o facto da desintegração da nossa sociedade.

São precisos novos «arquitectos», novos «construtores, para criar uma sociedade nova. A estrutura deve ser construída sobre uma base nova, sobre factos e valores novos; temos de descobrir. Tais «arquitectos» ainda não existem. Não há construtores, não há ninguém que observando, apercebendo-se do facto de que a estrutura está a desabar, se esteja a transformar em «arquitecto». Esse é o nosso problema. Vemos que a sociedade se está degradando, desintegrando; e somos nós, vós e eu, que temos de ser os «arquitectos». Vós e eu temos de redescobrir os valores e de construir sobre uma base duradoura. Mais fundamental; porque se ficamos com os «arquitectos profissionais», os construtores políticos e religiosos, ficaremos precisamente na mesma situação de antes.

Porque vós e eu não somos criadores, reduzimos a sociedade a este caos, assim vós e eu temos de ser criadores porque o problema é urgente; vós e eu temos de dar-nos conta das causas do colapso da sociedade e de criar uma estrutura nova baseada não na mera imitação, mas na nossa compreensão criadora.

Ora isto implica o *pensar negativo*, que é a mais alta forma de compreensão. Isto é, para compreender o que é o pensamento criador, temos de abordar o problema negativamente, porque uma abordagem positiva do problema — que é o problema de vós e eu termos de tornar-nos criadores, para construir uma nova estrutura da sociedade — será imitativa. Para compreendermos o que se está desintegrando, temos de o investigar, de o examinar negativamente — não com um sistema positivo, uma fórmula positiva, uma conclusão positiva.

Por que é que a sociedade está a desmoronar-se, como sem dúvida, está? Uma das razões fundamentais é que o indivíduo - vós — deixou de ser criativo. Já vos explico o que quero dizer. Vós e eu tornámo-nos imitativos, estamos a copiar exterior e interiormente. Exteriormente quando aprendemos uma técnica, quando ao comunicarmos uns com os outros, no plano verbal, naturalmente tem de haver alguma imitação, alguma cópia. Eu copio palavras. Para me tornar engenheiro, tenho primeiro de aprender uma técnica, depois usar a técnica para construir uma ponte. Tem de haver alguma imitação, alguma cópia na técnica exterior; mas quando há imitação interior, imitação psicológica, deixamos certamente de ser criadores.

A nossa educação, a nossa estrutura social, a nossa chamada vida religiosa, estão todas baseadas na imitação. Quer dizer, estou ajustado a uma fórmula social ou religiosa. Deixei de ser um verdadeiro indivíduo; psicologicamente, tornei-me uma mera máquina repetitiva, com certas respostas condicionadas — de hinduísta, cristão, budista, alemão ou inglês. As nossas reacções são condicionadas, de acordo com o padrão da sociedade, seja oriental ou ocidental, religioso ou materialista. Assim, uma das causas fundamentais da desintegração da sociedade é a imitação, e um dos factores desintegradores é o líder, o guia, cuja própria essência é a imitação.

Para se compreender a natureza da desintegração da sociedade, não será importante inquirir se vós e eu — o indivíduo — podemos ser criadores? Podemos ver que, quando há imitação, tem de haver desintegração; quando há autoridade tem de haver cópia. E, desde que toda a nossa maneira de ser mental, psicológica, está baseada na autoridade, é indispensável que nos libertemos da autoridade, para sermos criadores. Não notámos já que nos momentos de criatividade, que nesses momentos criadores, nesses momentos felizes, de interesse vital, não há nenhum sentimento de repetição, nem de cópia? Tais momentos são sempre novos, frescos, criativos, felizes. Assim, vemos que uma das causas fundamentais da desintegração da sociedade é o copiar, o que significa a veneração da autoridade.

Capítulo IV

AUTOCONHECIMENTO

OS PROBLEMAS DO MUNDO são tão colossais, tão complexos, que, para os compreender, e desse modo resolvê-los, precisamos de abordá-los de maneira simples e directa. A simplicidade, a acção directa não dependem das circunstâncias exteriores nem dos nossos pré-juízos e dos nossos estados de espírito. Como apontei, a solução não pode ser encontrada em conferências, em projectos, nem na substituição dos velhos por novos líderes, etc.

A solução está evidentemente no criador do problema, no criador dos males, do ódio e da enorme incompreensão que existe entre os seres humanos. O criador dos males, o criador destes problemas, é o indivíduo, vós e eu, e não o mundo, tal como pensamos que ele é: *O mundo é a nossa relação com o outro* — não está separado de vós e de mim. O mundo, a sociedade, é o relacionamento que estabelecemos ou procuramos estabelecer entre cada um de nós.

Assim, vós e eu somos o problema, e não o mundo, porque o mundo é a projecção de nós mesmos e para compreender o mundo temos de compreender-nos a nós mesmos. O mundo não está separado de nós; nós somos o mundo, e os nossos problemas são os problemas do mundo. Não é demais repetir isto, porque somos tão indolentes na nossa mentalidade que pensamos que não temos nada a ver com os problemas do mundo; quer eles devam ser resolvidos pelas Nações Unidas, ou substituindo os velhos líderes por outros novos. É uma mentalidade muito pouco inteligente que pensa assim, mas de facto somos nós os responsáveis por estes terríveis sofrimento e confusão no mundo, por este constante perigo de guerra.

Para transformar o mundo, temos de começar por nós mesmos; e o que é importante ao começarmos por nós, é a intenção. A intenção deve ser compreender-nos a nós mesmos e não deixar para os outros que se transformem, ou que criem uma alteração

superficial que produza uma mudança, através de uma revolução, da «esquerda» ou da «direita». É importante compreender que é essa a nossa responsabilidade, vossa e minha. Porque por muito limitado que possa ser o mundo em que vivemos, se nos transformarmos a nós mesmos, se criamos em nós mesmos um ponto de vista radicalmente diferente na nossa existência diária, então talvez possamos afectar o mundo em geral e o relacionamento com os outros.

Como disse, vamos tentar descobrir o processo de compreensão de nós mesmos, que *não é* um processo de isolamento. Não é um afastamento do mundo, porque não podemos viver isolados. Existir é estar em relação e não existe tal coisa como viver em completo isolamento. A falta de uma relação correcta é que provoca conflitos, sofrimento e luta. Porque por muito pequeno que possa ser o nosso mundo, se pudermos transformar o nosso relacionamento nesse estreito mundo, essa transformação será como uma onda sempre a expandir-se no mundo à nossa volta.

Penso que é importante compreender este ponto — que o mundo consiste nas nossas relações, por muito limitadas que sejam; e se pudermos provocar aí uma transformação, não superficial, mas radical, então começaremos activamente a transformar o mundo. Uma verdadeira revolução não se faz de acordo com qualquer padrão particular, da esquerda ou da direita, mas é uma revolução de valores, uma revolução de valores do senso comum para valores diferentes não criados por influências ambientais. Para descobrir estes verdadeiros valores que produzirão uma revolução radical, uma transformação ou uma regeneração, é essencial compreender-nos a nós mesmos.

O autoconhecimento é o começo da sabedoria e é, portanto, o começo da transformação ou regeneração. Para nos compreendermos a nós mesmos tem de haver a intenção de compreender — e é aí que começa a nossa dificuldade. Embora quase todos nós estejamos descontentes, desejamos provocar uma mudança súbita, e o nosso descontentamento é canalizado apenas para alcançar um certo resultado; estando descontentes, ou procuramos uma ocupação diferente, ou então deixamo-nos vencer pelo ambiente. O descontentamento, em vez de inflamar-nos, levando-nos a investigar a vida, todo o processo da existência, é canalizado, tornando-nos assim medíocres, perdendo aquele ímpeto, aquela

intensidade para descobrir o significado total da existência. Portanto, é importante descobrir estas coisas por nós mesmos, porque o autoconhecimento não nos pode ser dado por outra pessoa e não pode ser encontrado por meio de livro algum. Temos de descobrir, e para descobrir deve existir a intenção, a pesquisa, a investigação. Enquanto essa intenção de descobrir, de pesquisar profundamente, for fraca ou não existir, a mera afirmação que ela existe, ou um desejo esporádico de nos descobrirmos a nós mesmos, tem muito pouco significado.

Assim, a transformação do mundo é provocada pela transformação de nós mesmos, porque o «eu» é produto e faz parte do processo total da existência humana. Para nos transformarmos, o autoconhecimento é essencial; sem sabermos o que somos, não há uma base para o pensamento correcto e sem nos conhecermos não pode haver transformação. Cada um precisa de saber-se tal como é, e não como deseja ser, o que é meramente um ideal, e é portanto fictício, irreal; *só aquilo que é* pode ser de facto transformado e não aquilo que se deseja ser.

Para nos conhecermos como realmente somos, precisamos de uma mente extraordinariamente desperta, porque *o que é* está sempre a sofrer uma mudança constante e, para a acompanhar com rapidez, a mente não pode estar prisioneira de nenhum dogma ou crença particular, de nenhuma norma determinada de acção. Se desejamos seguir qualquer coisa não há vantagem nenhuma em estarmos presos. Para nos conhecermos, precisamos de estar vigilantes, uma vigilância da mente na qual há liberdade em relação a todas as crenças, a todas as idealizações, porque as crenças e os ideais dão-nos uma coloração que perverte a verdadeira percepção. Se queremos saber o que somos, não podemos imaginar, ou acreditar em alguma coisa que não somos. Se sou ganancioso, violento, invejoso, ter apenas um ideal de não ser ganancioso, um ideal de não-violência é de pouco valor. Mas reconhecer que sou isso requer uma percepção extraordinária. Isso exige honestidade, clareza de pensamento, ao passo que seguir um ideal afastado de *aquilo que é*, é uma fuga; impede--nos de descobrir e de agir directamente sobre aquilo que somos.

A compreensão do que somos, seja o que for — feios, belos, perversos, maldosos —, a compreensão do que somos, sem distorção, é o começo da virtude. A virtude é essencial, porque dá liberdade. Só na virtude se pode descobrir, se pode viver —

não no «cultivar» da virtude, que apenas traz respeitabilidade e não compreensão e liberdade. Há uma diferença entre ser virtuoso e «vir a ser» virtuoso. Ser virtuoso vem com a compreensão de *o que é*, ao passo que «vir a ser» virtuoso é adiar, esconder *o que é* com o que desejaríamos ser. Portanto, no «vir a ser» virtuoso estamos a evitar a acção directa sobre *o que é*. Este processo de evitar *o que é* através do cultivar do ideal é considerado virtuoso; mas se olharmos para isso de muito perto e directamente veremos que não é assim. Trata-se meramente de adiar o olhar face a face *o que é*. A virtude não é tornar-se o que *não* se é; virtude é compreensão de *o que é* e deste modo libertar-se dele.

A virtude é essencial numa sociedade que se está a desintegrar rapidamente. Para criar um novo mundo, uma nova estrutura diferente da velha, tem de haver liberdade para descobrir; e para se ser livre, a virtude é indispensável, porque sem virtude não há liberdade. Será que o homem que luta para «vir a ser» virtuoso, alguma vez chegará a saber o que é a virtude? O homem que não é moral não pode ser livre, e portanto não pode descobrir *o que é* a Realidade. A Realidade só pode ser encontrada na compreensão de *o que é*; e para compreender *o que é*, tem de haver liberdade, libertarmo-nos do medo de *o que é*.

Para compreender esse processo é preciso ter a intenção de conhecer *o que é* — seguir cada pensamento, tudo o que se sente, e cada acção; e compreender *o que é* é extremamente difícil, porque *o que é* nunca está quieto, nunca é estático, está sempre em movimento. *O que é* é o que nós somos, não o que gostaríamos de ser; não é ideal, porque o ideal é fictício, mas é o que realmente estamos a fazer, a pensar e a sentir, de momento a momento. *O que é* é o real, e compreender o real requer vigilância, uma mente muito acordada e rápida. Mas se começarmos a condenar *o que é*, se começarmos a censurar, a resistir-lhe, então não compreenderemos o seu movimento. Se quero compreender alguém, não posso condená-lo; tenho de o observar, de o estudar. Tenho de amar aquilo que estou a estudar. Se queremos compreender uma criança, temos de a amar e não de a condenar. Temos de brincar com ela, observar os seus movimentos, as suas tendências, os seus modos de comportamento; mas se meramente condenamos, resistimos, ou se a censuramos, não há compreensão da criança. Do mesmo modo, para compreender *o que é*, temos de observar o que pensamos, sentimos e fazemos, de momento

a momento. Isso é que é o real. Qualquer outra acção, qualquer ideal ou acção ideológica, não é o real; é meramente um desejo fictício para ser algo diferente de *o que é*.

Compreender *o que é* requer um estado da mente no qual não há identificação ou condenação, o que significa uma mente que está alerta e no entanto passiva. Estamos naquele estado em que desejamos realmente compreender alguma coisa; quando a intensidade do interesse existe, esse estado da mente surge. Quando uma pessoa está interessada em compreender *o que é*, o verdadeiro estado da mente, não precisa de se forçar, de se disciplinar, de se controlar; pelo contrário, há uma vigilância, um alertamento passivo. Este estado de vigilância vem quando há o interesse, a intenção de compreender.

A compreensão fundamental de nós mesmos não acontece por meio dos conhecimentos acumulados, ou de experiências, o que é apenas o cultivar da memória. A compreensão de nós mesmos surge momento a momento; se apenas acumulamos conhecimentos sobre o «eu», esses próprios conhecimentos impedem uma maior compreensão, porque o conhecimento e a experiência acumulados tornam-se o centro por meio do qual o pensamento se focaliza e tem existência.

O mundo não é diferente de nós e das nossas actividades, porque é o que somos que cria os problemas do mundo.

A dificuldade para quase todos nós é que não nos conhecemos directamente, e procuramos um sistema, um método, um meio de acção pelo qual possamos resolver os numerosos problemas humanos. Ora, existirá um meio, um sistema para nos conhecermos a nós mesmos? Qualquer pessoa intelectualmente hábil, qualquer filósofo, pode inventar um sistema, um método; mas, seguramente, seguir um sistema produzirá apenas um resultado criado por esse sistema. Se sigo um método determinado de me conhecer a mim mesmo, então terei o resultado que esse sistema necessariamente traz, mas o resultado não será obviamente a compreensão de mim mesmo. Isto é, ao seguir um método, um sistema, um meio pelo qual me possa conhecer, estou a moldar o meu pensar, as minhas actividades, de acordo com um padrão; mas seguir um padrão não é compreender-me.

Não há, portanto, nenhum método para o autoconhecimento. Procurar invariavelmente um método implica o desejo de atingir algum resultado — e é isso que geralmente desejamos. Seguimos

a autoridade — se não a de uma pessoa, então a de um sistema ou de uma ideologia — porque queremos um resultado que será satisfatório, que nos dará segurança. Na realidade não queremos compreender-nos, compreender os nossos impulsos e reacções, todo o processo do nosso pensamento, consciente e inconsciente, preferimos seguir um sistema que nos assegure um resultado. Mas seguir um sistema é invariavelmente o resultado do nosso desejo de segurança, de certezas, e o resultado não é, sem dúvida, a compreensão de nós mesmos. Quando seguimos um método, temos de ter autoridades — o «instrutor», o «guru», o «salvador», o «Mestre» — que nos garantirão o que desejamos; e seguramente não é esse o caminho para o autoconhecimento.

A autoridade impede a compreensão de nós mesmos. Sob o abrigo de uma autoridade, de um guia, poderemos ter temporariamente um sentimento de segurança, de bem-estar, mas isso *não* é a compreensão do processo total de nós mesmos. A autoridade, pela sua própria natureza, impede a completa atenção a si mesmo, e portanto, em última análise, destrói a liberdade; só em liberdade pode existir criação. E só pode haver criação pelo conhecimento de nós mesmos. A maioria de nós não é criadora; somos máquinas repetitivas, apenas discos tocando várias vezes certas canções da experiência, certas conclusões e memórias, de nós próprios ou de outros. Tal repetição não é de um ser criador, mas é isso que nós desejamos. Porque desejamos estar interiormente seguros, estamos constantemente a procurar métodos e meios para esta segurança e por isso criamos a autoridade, a veneração de outrem, o que destrói a compreensão, e aquela espontânea tranquilidade da mente, na qual, e só nela, pode existir um estado de verdadeira criação.

A nossa dificuldade é que quase todos nós perdemos este sentido de criação. Ser criador não significa pintar quadros ou escrever poemas para se tornar famoso. Isso não é ser criador — é apenas a capacidade de expressar uma ideia, que o público aplaude ou deprecia. Capacidade e criação não devem ser confundidas. Capacidade não é criação. Esta é um estado de ser completamente diferente. É um estado no qual o «eu» está ausente, no qual a mente já não é um foco das nossas experiências, das nossas ambições, dos nossos motivos ou desejos pessoais. O estado de criação não é contínuo, é novo, de momento a momento, é um movimento no qual não existe o «eu»,

o «meu», no qual o pensamento não está focado em nenhuma experiência particular, em nenhuma ambição de realização, em nenhum propósito ou motivo. Só quando o «eu» está ausente há verdadeira criação — esse estado de ser no qual, e só nele, pode existir a Realidade, a criadora de todas as coisas. Mas esse estado não pode ser concebido ou imaginado, não pode ser formulado, não se copia, nem se alcança por meio de nenhum sistema, de nenhuma filosofia nem de qualquer disciplina; pelo contrário, só pode nascer da compreensão do processo total de nós mesmos.

A compreensão de nós mesmos não é um resultado, um culminar de um processo. É vermo-nos de momento a momento *no espelho das nossas relações* — nas nossas relações com o que possuímos, com a natureza, com as pessoas e com as ideias. Mas achamos que é difícil estar alerta, estar vigilantes, e preferimos insensibilizar a nossa mente seguindo um método, aceitando autoridades, superstições e teorias que nos dêem satisfação. Desta maneira, a nossa mente fica cansada, exausta e insensível. Uma mente assim não pode encontrar-se num estado de criação. Este estado apenas surge quando o «eu», que é um processo de (re)conhecimento e acumulação, deixa de existir; porque, afinal, a consciência como «eu» é o centro do (re)conhecimento e esse (re)conhecimento é só um processo de acumulação da experiência. Todos temos medo de «ser nada», porque todos queremos ser alguma coisa. O homem pequeno quer ser um homem grande, o homem não virtuoso quer ser virtuoso, o fraco e obscuro anseia pelo poder, por posição e autoridade. Esta é a incessante actividade da mente. Uma mente assim nunca pode estar tranquila, e portanto não pode compreender o estado de criação.

Para transformar o mundo à nossa volta, com o seu sofrimento, as guerras, o desemprego, a fome, as divisões de classe e a confusão, tem de dar-se uma *transformação em nós mesmos*. A revolução deve começar dentro de cada um de nós — mas não de acordo com uma crença ou ideologia, porque a revolução baseada numa ideia ou em conformidade com um modelo particular, não é, evidentemente, revolução nenhuma. Para provocar uma revolução fundamental em nós mesmos, temos de compreender todo o processo do nosso pensar e do nosso sentir, nas relações. É essa a única solução para todos os nossos problemas — não é ter mais disciplinas, mais crenças, mais ideologias e mais instru-

tores. Se nos pudermos compreender a nós mesmos, de momento a momento, sem o processo de acumulação, então veremos que surge uma tranquilidade que não é produzida pela mente, que não é imaginada nem cultivada; e só nesse estado de tranquilidade pode haver criação.

Capítulo V

A ACÇÃO E A IDEIA

GOSTARIA DE INVESTIGAR o problema da acção. Pode parecer bastante complicado e difícil ao princípio, mas espero que, reflectindo sobre este assunto, sejamos capazes de compreender com clareza por que quase toda a nossa existência, toda a nossa vida, é um processo de acção.

Quase todos nós vivemos numa série de acções, aparentemente sem qualquer relação entre elas, desconexas, levando à desintegração, à frustração. É um problema que diz respeito a cada um de nós, porque vivemos pela acção, e sem acção não há vida, não há experiência, não há pensar.

Pensamento é acção; e actuar apenas num determinado nível de consciência, que é o exterior, estar somente empenhado na acção exterior, sem compreender todo o processo da própria acção, conduzir-nos-á inevitavelmente à frustração, ao sofrimento.

A nossa vida é uma série de acções, ou um processo de acções em diferentes níveis de consciência. Consciência é desafio e resposta — que é experienciar —, depois é dar nome, e seguidamente registar — que é memória. É este o processo da acção, não é assim? A consciência é acção; e sem desafio, sem resposta a esse desafio, sem experienciar, sem nomear ou dar nome, sem o registar — que é memória —, não há acção.

Ora, a acção cria o actor, aquele que actua. Isto é, o actor surge quando a acção tem um resultado, um fim em vista. Se não houver um resultado na acção, então não há actor; mas se houver um fim ou um resultado em vista, então a acção cria aquele que actua. Assim, aquele que actua, a acção e o fim ou resultado é um processo unitário, um único processo, que surge quando a acção tem um fim em vista. A acção que tem um resultado em vista é vontade; de outro modo não existe vontade. O desejo de alcançar um fim cria a vontade, que é aquele que actua — «quero conseguir», «quero escrever um livro», «quero ser um homem rico», «quero pintar um quadro». Estamos familiarizados com estes três estados: aquele que

actua, a acção e o objectivo. É esta a nossa existência diária. Estou apenas a explicar *o que é*; mas começaremos a compreender como transformar *o que é* apenas quando o examinarmos claramente, de tal modo que não haja ilusão ou pré-juízo, nenhuma parcialidade em relação a ele. Ora estes três estados que constituem e experiência — aquele que actua, a acção e o resultado — são sem dúvida um processo de «vir a ser». De outro modo, não há esse processo, não é assim? Se não há um actor, e se não há nenhuma acção tendo em vista um fim, não há «vir a ser»; mas a vida, tal como a conhecemos, a nossa vida diária, é um processo de «vir a ser». Sou pobre e actuo com um fim em vista, que é geralmente o de ser rico. Sou feio e quero ser belo. Deste modo, a minha vida é um processo de vir a ser alguma coisa. A vontade de ser é a vontade de vir a ser, em diferentes níveis de consciência, em diferentes estados, nos quais há um desafio, uma resposta, dar nome e registar. Ora este «vir a ser» é luta, é sofrimento. É uma batalha constante: sou «isto» e quero tornar-me «aquilo».

Portanto, então, o problema é: não existirá acção sem este «vir a ser»? Não existirá acção sem esta angústia, sem esta batalha constante? Se não houver um resultado em vista, não há um actor, porque a acção com um fim em vista cria aquele que actua. Mas poderá haver uma acção sem um fim em vista, e portanto sem actos — isto é, sem o desejo por um resultado? Tal acção não é um «vir a ser» e portanto não é uma luta. Há um estado de acção, um estado de experienciar, sem o experienciador e a experiência. Isto soa bastante filosófico, mas é realmente bastante simples.

No momento de experienciar, não nos apercebemos de nós mesmos como o experienciador separado da experiência; estamos num estado de experienciar. Tomemos um exemplo muito simples: estamos zangados. Naquele momento de zanga não existe nem o experienciador nem a experiência; só existe experienciar. Mas no momento em que saímos dele, uma fracção de segundo depois do experienciar, há o experienciador e a experiência, o actor e a acção com um fim em vista — que é ver-se livre de, ou reprimir a cólera. Estamos neste estado repetidamente, no estado de experienciar; mas saímos sempre dele e damos-lhe um nome e registamo-lo, dando por isso continuidade ao «tornar-se», ao «vir a ser».

Se pudermos compreender a acção, no sentido fundamental da palavra, então essa compreensão atingirá também as nossas

actividades superficiais; mas primeiro temos de compreender a natureza fundamental da acção. Ora, será a acção criada por uma ideia? Será que temos primeiro uma ideia e actuamos depois? Ou será que a acção vem primeiro e depois, porque a acção cria conflito, construímos à sua volta uma ideia? Será que a acção cria aquele que realiza a acção ou será o actor que vem primeiro?

É muito importante descobrir o que vem em primeiro lugar. Se a ideia vem primeiro, então a acção adapta-se meramente a uma ideia, e portanto já não é acção, mas é só imitação, compulsão de acordo com uma ideia. É muito importante compreender isto; porque, dado que a nossa sociedade é principalmente construída sobre o nível intelectual ou verbal, a ideia surge primeiro em quase todos nós e é seguida pela acção. A acção é então aquela que serve a ideia e a mera construção de ideias é obviamente prejudicial para a acção. As ideias fazem surgir mais ideias; e quando só existe criação de ideias há antagonismo e a sociedade fica instável com o processo intelectual da ideação. A nossa estrutura social é muito intelectual; estamos a cultivar o intelecto à custa de todos os outros factores do nosso ser e portanto estamos sufocados por ideias.

Será que as ideias alguma vez produzem acção, ou será que as ideias apenas moldam o pensamento, limitando assim a acção? Quando a acção é imposta por uma ideia, a acção nunca pode libertar o ser humano. É extraordinariamente importante para nós compreendermos isto. Se uma ideia dá forma à acção, então a acção nunca pode trazer a solução dos nossos sofrimentos porque, antes de ela poder ser posta em acção, temos primeiro de descobrir como é que a ideia surge. A investigação da ideação, da construção de ideias, seja dos socialistas, dos capitalistas, dos comunistas, ou das várias religiões, é da maior importância, especialmente quando a nossa sociedade está à beira de um precipício atraindo outra catástrofe, outro desastre terrível. Aqueles que são realmente sérios na sua intenção de descobrir a solução humana para os nossos muitos problemas, devem primeiro compreender este processo da criação de ideias.

Que entendemos por ideia? Como é que uma ideia nasce? E será que a ideia e a acção podem unir-se? Suponhamos que eu tenho uma ideia e que desejo pô-la em prática. Procuro um método para a pôr em prática e especulamos, gastamos o nosso tempo e as nossas energias a discutir como a ideia deve ser posta

em prática. Assim, é de facto muito importante descobrir como as ideias surgem; e depois de descobrirmos a verdade a esse respeito, podemos discutir o problema da acção. Sem examinarmos a questão das ideias, descobrir meramente como agir não faz qualquer sentido.

Como nos aparece uma ideia? — uma ideia simples, não é preciso que seja filosófica, religiosa ou económica. É evidentemente um processo de pensamento, não é assim? Uma ideia resulta de um processo de pensamento. Sem ele não pode existir uma ideia. Deste modo, tenho de compreender o próprio processo, antes de poder compreender o seu produto, a ideia. Que entendemos por pensamento? Quando é que pensamos? O pensamento é obviamente o resultado de uma reacção, neurológica ou psicológica. É a resposta imediata dos sentidos a uma sensação; ou é de natureza psicológica: a resposta da memória acumulada. Há a resposta imediata dos nervos a uma sensação, e há a resposta psicológica da memória que acumulamos, a influência da raça, do grupo, do guru, da família, da tradição, etc. — às quais se chama pensamento. Assim, o processo do pensamento é a reacção da memória. Não teríamos pensamentos se não tivéssemos memória; e a resposta da memória a uma certa experiência faz entrar o pensamento em acção. Por exemplo, tenho as lembranças acumuladas do nacionalismo, quando me chamo hindu. Esse reservatório de lembranças e respostas passadas, de acções, de conclusões, tradições, costumes, reage ao desafio de um muçulmano, de um budista ou de um cristão, e a resposta da memória ao desafio faz surgir inevitavelmente um processo de pensamento. Observemos o processo de pensamento a operar em nós próprios e poderemos testar a verdade disto directamente. Fomos insultados por alguém e isso fica na nossa memória; faz parte do nosso fundo *(background)*. Quando encontramos essa pessoa — que é o desafio — a resposta é a lembrança desse insulto. Assim, a reacção da memória que é o processo de pensamento, cria uma ideia; portanto, a ideia é sempre condicionada — e é importante compreender isto.

O que significa que a ideia resulta do processo de pensamento, este é a reacção da memória e a memória é sempre condicionada. A memória é sempre o passado e é dada vida a essa memória no presente por um desafio. A memória não tem vida em si mesma; vem à vida no presente quando é confrontada por um desafio. E toda a memória, dormente ou activa, é condicionada.

Tem de haver portanto uma abordagem completamente diferente. Temos de descobrir por nós mesmos, interiormente, se estamos a agir a partir de uma ideia, se pode haver acção que não seja baseada numa ideia, e se pode haver acção sem ideação. Vamos descobrir o que é a acção que não tem por base uma ideia. Quando é que actuamos sem ideação? Quando é que existe uma acção que não é resultado da experiência? Uma acção baseada na experiência é, como dissemos, limitadora e é portanto um obstáculo. A acção que não resulta de uma ideia é espontânea, quando o processo de pensamento, que é baseado na experiência, não está a controlar a acção; o que significa que há uma acção independente da experiência quando a mente não está a controlar a acção. É esse o único estado em que existe compreensão: quando a mente, o pensamento, que se baseia na experiência, não está a guiar, a moldar a acção.

Qual é a acção, quando não há processo de pensamento? Poderá existir acção sem processo de pensamento? Isto é, quero construir uma ponte, uma casa, conheço a técnica, e a técnica diz-me como a construir. Chamamos acção a isso. Existe a acção de escrever um poema, de pintar, de responsabilidades governamentais, de respostas sociais e ambientais. Todas estão baseadas numa ideia ou na experiência prévia, a moldar a acção. Mas há realmente acção quando não há ideação?

Há certamente uma tal acção, quando a ideia deixa de existir e a ideia só deixa de existir quando há *Amor*. O Amor não é memória. O Amor não é experiência. Não é Amor pensarmos na pessoa que amamos, porque então isso é apenas pensamento. Não se pode *pensar* o Amor. Pode-se pensar na pessoa que se ama ou a que se é devotado — o guru, a imagem, a esposa ou o marido; mas o pensamento, o símbolo, não é a realidade — que é o Amor. O Amor não é, portanto, uma experiência.

Quando há Amor, há acção — e não será libertadora esta acção? Ela não resulta da actividade mental, e não há intervalo entre o Amor e a acção, como há entre a ideia e a acção. A ideia é sempre velha, projectando a sua sombra no presente e estamos sempre a tentar construir uma ponte entre a acção e a ideia.

Quando há Amor — que não é produzido pela mente, que não tem nada a ver com as ideias, que não é memória, que não resulta de uma experiência, nem de uma disciplina que praticamos —, então *esse mesmo Amor é acção*. É ele a única coisa que liberta.

Enquanto houver actividade mental, enquanto a acção for moldada por uma ideia, que é experiência, não poderá haver libertação; e enquanto esse processo continuar, toda a acção será limitada. Quando vemos esta verdade: que o Amor não resulta da mente, que não pode ser pensado — então, esse Amor nasce.

Temos de aperceber-nos deste processo total: como as ideias surgem; como a acção vem das ideias, e como as ideias controlam a acção, limitando-a, visto que dependem da sensação. Não importa *de quem* são as ideias, ou se vêm da «esquerda» ou da «direita». Enquanto dependermos de ideias, estamos num estado em que não pode haver experienciar. Estaremos então a viver apenas na esfera do tempo — no passado, o qual fornece mais sensações, ou no futuro, que é outra forma de sensação. Só quando a mente está livre da ideia haverá possibilidade de experienciar.

As ideias não são a Verdade; e a Verdade é algo que deve ser directamente experienciado, de momento a momento. Não se trata de uma experiência *desejada* — o que é então apenas sensação. Somente quando se é capaz de, para além do feixe de ideias — que é «eu», que é a mente, que tem uma parcial ou completa continuidade —, só quando somos capazes de ir para além de tudo isso, quando o pensamento está completamente silencioso, há um estado de experienciar. E então saberemos o que é a Verdade.

Capítulo VI

A CRENÇA

A CRENÇA E O CONHECIMENTO ACUMULADO estão intimamente relacionados com o desejo, e, talvez, se conseguirmos compreender estas duas questões, sejamos capazes de perceber como o desejo actua e compreender as suas complexidades.

Uma das coisas que, segundo me parece, geralmente aceitamos e reconhecemos sem quaisquer dúvidas é a questão das crenças. Não vou atacar as crenças. O que vamos tentar fazer é descobrir por que aceitamos, as causas dessa aceitação, e então talvez sejamos capazes não só de compreender por que as aceitamos, mas também de nos libertarmos delas. Podemos ver como as crenças políticas e religiosas, nacionalistas e vários outros tipos de crenças separam realmente as pessoas, criam conflito, confusão e antagonismo. Isto é um facto evidente; no entanto, não estamos dispostos a abandoná-las. Há a crença hindu, a cristã, a budista — inúmeras crenças sectárias e nacionalistas, várias ideologias políticas, todas em luta entre si, procurando cada uma converter a outra.

Podemos constatar, obviamente, que a crença está a separar as pessoas, criando intolerância. Será possível viver sem crenças? Só podemos saber isso se cada um for capaz de se estudar a si mesmo em relação a uma crença. Será possível viver neste mundo sem uma crença — sem mudarmos de crença, sem substituir uma crença por outra, mas estar inteiramente livre de *todas* as crenças, para nos encontrarmos a cada minuto, de maneira nova? Afinal é isto a verdade: ter a capacidade de encarar todas as coisas de maneira nova, de momento a momento, sem a reacção condicionante do passado, para que não haja o efeito cumulativo que actua como uma barreira entre cada um de nós e *aquilo que é*.

Se reflectirmos, veremos que uma das razões para o desejo de aceitar uma crença é o medo. Se não tivéssemos nenhuma crença, que nos aconteceria? Não ficaríamos muito aterrorizados com o que poderia acontecer? Se não tivéssemos nenhum modelo

de acção baseado numa crença — em Deus, no comunismo, no socialismo, no imperialismo ou em alguma espécie de fórmula religiosa, em algum dogma em que estamos condicionados — sentir-nos-íamos completamente perdidos, não é assim? E não será esta aceitação de uma crença uma das maneiras de encobrir esse medo — o medo de não sermos realmente *nada*, de estarmos vazios? Mas, afinal, uma taça só é útil quando está vazia; e uma mente cheia de crenças, de dogmas, de afirmações, de citações, é realmente uma mente sem capacidade criadora; é apenas uma mente repetitiva.

Fugirmos desse medo — esse medo de vazio, esse medo de isolamento, de estagnação, de não conseguir, de não ter sucesso, de não alcançar, de não ser alguma coisa, de não vir a ser alguma coisa — é certamente uma das razões por que aceitamos as crenças com tanto interesse e sofreguidão.

Mas será que nos compreendemos a nós mesmos, pela aceitação de crenças? Pelo contrário. Uma crença, religiosa ou política, impede obviamente a compreensão de nós mesmos. Actua como uma cortina através da qual nos olhamos. E poderemos nós olhar-nos sem crenças? Se afastarmos essas crenças, as muitas crenças que temos, restará alguma coisa para olhar? Se não temos crenças com as quais a mente se tem identificado, então, a mente, sem identificação, é capaz de olhar-se a si mesma tal como é — e então há, sem qualquer dúvida, o começo da compreensão de si mesmo.

É, de facto, um problema muito interessante, esta questão da crença e do conhecimento. Que papel extraordinário tem na nossa vida! Quantas crenças temos! Certamente, quanto mais uma pessoa é «intelectual», quanto mais «culta», quanto mais «espiritual» — se posso usar esta palavra — menor é a sua capacidade para compreender. Os selvagens têm inúmeras superstições, mesmo no mundo moderno.

Os mais capazes de reflectir, os mais despertos, os mais alertados são talvez os que têm menos crenças. Isso acontece porque a crença aprisiona, a crença isola; e vemos que é assim por todo o mundo, no mundo económico e político, e também no chamado mundo espiritual. Uma pessoa acredita que há Deus, e talvez outra acredite que não há Deus; ou uma pessoa acredita no controle total de todas as coisas e de todos os indivíduos, e outra acredita na iniciativa privada, etc.; uma pessoa acredita que só

há um Salvador e que por intermédio dele pode realizar o seu objectivo, e outra não acredita nisso. Desse modo, uma pessoa com a sua crença e outra com a dela estão a impor-se uma à outra. No entanto, ambas falam de amor, de paz, da unidade dos seres humanos, da vida una — o que nada significa; porque, na realidade, a própria crença é um processo de isolamento. Um é brâmane, outro é não-brâmane; um é cristão, outro é muçulmano, e assim por diante. Uma pessoa fala de fraternidade, e a outra também fala da mesma fraternidade, do amor e da paz; mas, de facto, estão separadas, estão a dividir-se. Um homem que deseja a paz e que quer criar um mundo novo, um mundo feliz, não pode certamente isolar-se, através de qualquer forma de crença. Isto está claro? Pode estar a sê-lo verbalmente, mas, se percebermos o significado, a validade e a verdade disto, esse percebimento começará a *actuar*.

Compreendemos que quando há um processo de desejo em acção, tem de haver um processo de isolamento pela crença, porque evidentemente acredita-se para se estar seguro economicamente, espiritualmente, e também interiormente. Não estou a referir-me àquelas pessoas que acreditam por razões económicas, porque foram «educadas» para depender dos seus empregos e portanto serão católicas, hindus — seja o que for — enquanto houver um emprego para elas. Também não estamos a tratar daquelas pessoas que se prendem a uma crença por conveniência. Talvez seja esse o caso de quase todos nós. Por conveniência, acreditamos em certas coisas. Pondo de lado as razões económicas, temos de penetrar nisto mais profundamente. Consideremos as pessoas que acreditam fortemente em alguma coisa, económica, social ou espiritual; o processo que está na origem dessa crença é o desejo psicológico de estar seguro, não é? E há ainda o desejo de continuar. Não estamos a considerar aqui se há ou não há continuidade; estamos apenas a considerar o impulso constante para acreditar.

Uma pessoa de paz, uma pessoa que realmente compreenda todo o processo da existência humana, não pode estar presa por uma crença, não é assim? Apercebe-se de que o seu desejo trabalha apenas no sentido de alcançar a segurança. Por favor não passeis para o outro lado, dizendo que estou a pregar a não-religião. Isso não é, de modo algum, o que me interessa. O que acho importante é que enquanto não compreendermos o processo do desejo, sob a forma de crença, tem de haver competição,

tem de haver conflito, tem de haver sofrimento, e o homem estará contra o homem — um facto que podemos ver todos os dias. Assim, se me apercebo, se me dou conta de que este processo toma a forma de crença, que é uma expressão da ânsia de segurança interior, o meu problema não é então se devo acreditar nisto ou naquilo, mas se devo libertar-me do desejo de estar seguro.

Poderá a mente estar livre do desejo de segurança? É este o problema, não é aquilo em que acreditar e quanto devemos acreditar. Tudo isto são meras expressões da ânsia de estar seguro psicologicamente, de ter a certeza em relação a alguma coisa, quando tudo é tão incerto no mundo.

Pode a mente, uma mente consciente, uma personalidade, estar liberta deste desejo de estar em segurança? Queremos estar seguros e portanto precisamos dos nossos terrenos, das nossas propriedades e da nossa família. Queremos estar seguros interiormente e também espiritualmente, levantando barreiras de crença que indicam esta ânsia de ter certezas. Pode alguém, como indivíduo, estar livre deste impulso, desta ânsia de segurança, que se exprime no desejo de acreditar em alguma coisa? Se não estivermos livres de tudo isso, somos uma fonte de conflito; não somos criadores de paz; não temos Amor nos nossos corações.

A crença destrói; e isto é visível na nossa vida quotidiana. Será que sou capaz de ver-me quando estou preso neste processo de desejo, que se expressa no desejo de estar dependente de uma crença? Poderá a mente libertar-se da crença — sem lhe encontrar um substituto, mas estar inteiramente livre dela? Não se pode responder verbalmente «sim» ou «não», mas pode dar-se-lhe uma resposta definitiva se a nossa intenção for a de nos libertarmos da crença. E chegamos então inevitavelmente ao ponto em que procuramos o meio de nos livrarmos da ânsia de estarmos seguros. Não há, evidentemente, segurança interior que tenha continuidade, como gostaríamos de acreditar. Gostamos de acreditar que há um Deus, que se dedica a cuidar das nossas coisas insignificantes, dizendo-nos quem devemos procurar, o que devemos fazer e como devemos fazê-lo. É um modo infantil e imaturo de pensar. Pensamos que esse Pai está a vigiar cada um de nós. Isso é uma mera projecção do que pessoalmente gostaríamos que fosse. Obviamente que isso não é verdade. A verdade deve ser algo inteiramente diferente.

O nosso próximo problema é o do conhecimento acumulado. Será esse conhecimento necessário para compreendermos a Verdade? Quando digo «Eu sei», isso subentende conhecimento. Poderá essa mente ser capaz de investigar e de pesquisar o que é a Realidade? E além disso, que é que sabemos, e de que tanto nos orgulhamos? Que é que, de facto, conhecemos? Conhecemos informações; estamos cheios de informações e de experiências baseadas no nosso próprio condicionamento, na nossa memória e nas nossas capacidades. Quando dizemos «Eu sei», que queremos dizer? Ou é (re)conhecimento o que sabeis ser o (re)conhecimento de um facto, de uma certa informação, ou é uma experiência que tivemos. A constante acumulação de informações, a aquisição de várias formas de conhecimento, tudo constitui essa afirmação — «Eu sei»; e começamos a traduzir o que lemos, de acordo com o nosso condicionamento, o nosso passado, o nosso desejo, a nossa experiência. O nosso conhecimento é algo no qual está em acção um processo semelhante ao processo do desejo. Em vez de crença substituímo-la por conhecimento. «Eu *sei*, tive uma experiência, isso não pode ser negado; essa é a minha experiência, confio nisso completamente»; tudo isto são indicações desse conhecimento. Mas quando virmos por detrás disso, quando o analisarmos, e o olharmos de modo mais inteligente e cuidadoso, veremos que essa mesma afirmação «Eu sei» é outra barreira a separar-nos a vós e a mim. Atrás dessa barreira podemos refugiar-nos, procurar conforto, segurança. Portanto, quanto maior for a carga de conhecimento a sobrecarregar a mente, tanto menor é a capacidade dela para compreender.

Não sei se alguma vez se pensa neste problema de adquirir conhecimentos — se esse conhecimento acumulado afinal nos ajuda a amar, a estar livres dessas qualidades que produzem conflito em nós mesmos e com os nossos semelhantes; se esse conhecimento alguma vez liberta a mente da ambição. Porque a ambição é, afinal, uma das qualidades que destroem o relacionamento, que põem o homem contra o homem. Se queremos viver em paz uns com os outros, certamente que a ambição tem de acabar completamente — não só a ambição política, económica, social, mas também a ambição mais subtil e perniciosa, a ambição «espiritual» — *ser* alguma coisa. Será possível alguma vez a mente estar livre deste processo acumulador de conhecimento, do desejo de conhecer?

É muito interessante observar como na nossa vida estes dois, o conhecimento acumulado e a crença, têm um papel extraordinariamente poderoso. Reparemos como veneramos aqueles que têm imenso conhecimento e erudição! Seremos capazes de compreender o significado disso? Se encontrássemos algo *novo*, se experienciássemos algo que não fosse uma projecção da nossa imaginação, a nossa mente teria de estar liberta. Teria de ser capaz de ver algo *novo*. Infelizmente, todas as vezes que vemos algo novo, introduzimos toda a informação que já conhecemos, todos os nossos conhecimentos, todas as nossas lembranças passadas; e obviamente tornamo-nos incapazes de olhar, incapazes de receber algo que seja novo, que não pertença ao que é «velho». Por favor, não traduzam isto imediatamente à letra. Se eu não souber voltar para a minha casa, ficarei perdido, se não souber pôr uma máquina em movimento terei pouca utilidade. Isso é uma coisa completamente diferente. Não estamos a tratar disso aqui. Estamos a tratar daquele conhecimento que é usado como um meio de segurança, do desejo psicológico, interior, de ser alguma coisa. Que conseguimos por meio desse conhecimento? A autoridade que o conhecimento dá, o peso do conhecimento, o sentido de importância, de dignidade, o sentido de vitalidade, etc. A pessoa que diz «Eu sei», «Há ou não há», deixou de pensar, deixou de investigar todo este processo do desejo.

O nosso problema então, como eu o vejo, é que estamos limitados, sobrecarregados com a crença, com o conhecimento. E será possível que a mente se liberte das crenças que foram adquiridas pelo processo do «ontem»? Compreendem a pergunta? Será possível para mim como indivíduo e para vós, como indivíduos, vivermos nesta sociedade e apesar disso estarmos livres das crenças em que fomos criados? Será possível a mente ficar liberta de todo esse conhecimento acumulado, de toda essa autoridade? Lemos as várias Escrituras, os livros religiosos. Neles foram descritos cuidadosamente o que fazer, o que não fazer, como atingir o objectivo, qual é o objectivo e o que é Deus. Todos nós conhecemos de cor tudo isso e temo-lo seguido. Esse é o nosso conhecimento, é isso o que adquirimos, é isso o que temos aprendido; e seguimos por esse caminho. Obviamente que encontraremos o que procuramos. Mas será a Realidade? Não será a projecção do nosso conhecimento acumulado? Não é a Realidade. Será possível compreender isso *agora* — não amanhã, mas agora — e dizer

«Vejo que isso é verdade», e abandonarmos isso, para que a nossa mente não fique paralisada por este processo de imaginação, de projecção?

Será a mente capaz de libertar-se da crença? Só podemos ficar livres dela quando compreendermos a natureza interior das causas que nos prendem a ela, não só os motivos conscientes como também os inconscientes, que nos levam a acreditar. Afinal, nós não somos meramente uma entidade superficial funcionando no nível consciente. Podemos descobrir as actividades mais profundas e as inconscientes se dermos à mente inconsciente uma oportunidade, porque ela é muito mais rápida a responder que a mente consciente. Enquanto a mente consciente está tranquilamente a pensar, a ouvir e a observar, a mente inconsciente está muito mais activa, muito mais alerta, e muito mais receptiva; ela pode, portanto, ter uma resposta.

A mente que tem sido subjugada, intimidada, forçada, obrigada a acreditar, poderá uma mente assim estar livre para pensar? Será que ela olha de maneira nova e elimina o processo de isolamento entre nós e o outro? Não digamos que a crença reúne as pessoas. Ela não o faz. Isso é evidente. Nenhuma religião organizada alguma vez fez isso. Olhemo-nos a nós próprios no nosso próprio país. Todos somos crentes, mas estaremos todos juntos? Estaremos todos unidos? Sabemos que não; estamos divididos em tantos pequenos partidos, em classes sociais, conhecemos as inumeráveis divisões. O processo é o mesmo por todo o mundo — quer no oriente, quer no ocidente —, os crentes de uma religião, matando-se uns aos outros por pequenas coisas, prendendo as pessoas em campos de concentração, etc., todo o horror da guerra. Portanto, a crença não une as pessoas. Isto é tão claro... Se isso é claro e se isso é verdadeiro, e se nós o vemos, então deve ser estudado. Mas a dificuldade é que a maior parte de nós não vê, porque não somos capazes de encarar essa insegurança interior, esse sentimento de estar só. Queremos algo a que nos agarremos, seja o Estado, seja a casta, seja o nacionalismo, seja um mestre ou salvador ou outra coisa qualquer. E quando vemos a falsidade de tudo isto, então a mente é capaz — pode ser temporariamente, por um segundo — de ver a verdade disso; e se isso é demasiado para ela, a mente recua. Mas ver temporariamente já é suficiente; se pudermos vê-lo por um segundo fugidio, isso é bastante, porque veremos então uma coisa extraor-

dinária a acontecer. O inconsciente está em acção, embora o consciente possa rejeitá-la. Não é um segundo progressivo; mas esse segundo é único, é uma coisa única, e terá os seus próprios resultados, apesar de a mente consciente lutar contra ela.

Assim a nossa pergunta é: «Será possível a mente libertar-se da crença e do conhecimento acumulado?» Não terá a mente por base esse conhecimento e a crença? Não será a estrutura da mente esse conhecimento e essa crença? A crença e os conhecimentos são os processos do (re)conhecimento, o centro da mente. O processo é limitador, é consciente e é também inconsciente. Poderá a mente libertar-se da sua própria estrutura? A mente poderá deixar de existir, tal como a conhecemos? É esse o problema. Tem na sua base a crença, o desejo, o impulso para estar segura, conhecimentos e acumulação de força. Se com todo este poder e superioridade, uma pessoa não é capaz de pensar por si mesma, não pode haver paz no mundo. Pode-se falar de paz, podem-se organizar partidos, pode-se gritar do alto das casas; mas não pode haver paz; porque na mente está a própria base que cria contradição, que isola e separa. Um homem pacífico, um homem sério, não pode isolar-se e ao mesmo tempo falar de fraternidade e de paz. Isso é apenas um jogo, político ou religioso, um modo de obter o que se deseja e ambiciona. Uma pessoa que sente realmente interesse pela fraternidade e pela paz, que quer descobrir, tem de encarar este problema do conhecimento acumulado e da crença; tem de estudá-lo a fundo, para descobrir todo o processo do desejo em acção, o desejo de estar seguro, o desejo de estar certo.

Para se encontrar num estado em que o *novo* possa acontecer — seja a Verdade, Deus, ou o que quisermos —, a mente deve deixar, certamente, de adquirir, de acumular; tem de pôr de lado todos os conhecimentos. A mente carregada de conhecimentos não pode, seguramente, compreender o que é Real, o que é Imensurável.

Capítulo VII

O ESFORÇO

PARA QUASE TODOS NÓS, a vida diária está baseada no esforço, em alguma espécie de volição. Não somos capazes de conceber uma acção sem um acto de vontade, sem esforço; a nossa vida está baseada nisso. A nossa vida social, económica e a chamada vida espiritual é uma série de esforços culminando sempre num certo resultado. E pensamos que o esforço é essencial, é necessário.

Por que fazemos esforço? Falando com simplicidade, não se trata de conseguir um resultado, de «vir a ser» alguma coisa, de alcançar um objectivo? Se não fizermos um esforço, pensamos que estagnaremos. Temos uma ideia sobre o objectivo pelo qual estamos constantemente a lutar; e esta luta tornou-se parte da nossa vida. Se queremos mudar-nos, se queremos dar origem a uma mudança radical em nós mesmos, fazemos um esforço tremendo para eliminar os velhos hábitos, para resistir às influências ambientais, etc. Estamos, portanto, acostumados a esta série de esforços, para encontrar ou realizar alguma coisa para nos sentirmos vivos.

Não será este esforço a actividade do «ego»? Esforço não significa actividade egocêntrica? Se fazemos um esforço a partir do centro, do «eu», esse esforço inevitavelmente produzirá mais conflito, mais confusão, mais sofrimento. Apesar disso, continuamos a fazer esforço atrás de esforço. Muito poucos de nós compreendem que a actividade egocêntrica de esforço não nos liberta de nenhum dos nossos problemas. Pelo contrário, aumenta a nossa confusão, as nossas angústias e o nosso sofrimento. Sabemos isto; e entretanto continuamos a ter esperança de nos vermos livres, de algum modo, desta actividade egocêntrica do esforço, da acção da vontade.

Penso que compreenderemos o significado da vida se compreendermos o que quer dizer fazer um esforço. Será que a felicidade vem por meio do esforço? Alguma vez tentámos ser felizes?

É impossível, não é assim? Luta-se para se ser feliz e não há felicidade. A alegria não vem por meio da repressão, do controlo ou da cedência. Pode-se ceder, mas, no final, há amargura. Pode-se reprimir ou controlar, mas há sempre um conflito escondido.

A felicidade, portanto, não vem pelo esforço, nem a alegria pelo controlo e pela repressão; e, apesar disso, toda a nossa vida é uma série de repressões e de controlos, uma série de lamentáveis cedências. Também há sempre um constante esforço para dominar, uma constante luta com as nossas paixões, a nossa avidez e a nossa falta de inteligência. Assim, não estaremos a empenhar-nos arduamente, a lutar, a esforçar-nos, na esperança de encontrar a felicidade, de encontrar alguma coisa que nos dê um sentimento de paz, um sentimento de Amor? Mas será que o Amor ou a compreensão vêm pela luta? Penso que é muito importante compreender o que se entende por luta, conflito ou esforço.

Será que o esforço não significa uma luta para transformar *o que é* naquilo que *não é*, ou naquilo que deveria ser ou deveria «vir a ser»? Isto é, estamos constantemente a lutar para evitar encarar *o que é*, ou estamos a tentar fugir disso ou a transformar ou modificar *o que é*. A pessoa que tem verdadeiro contentamento é a que compreende *o que é*, que dá o exacto significado a *o que é*. Isso é o autêntico contentamento; essa pessoa não está interessada em poucas ou muitas posses mas em compreender todo o significado de *o que é*; e isso só pode acontecer quando se reconhece *o que é*, quando se tem o percebimento dele, e não quando se está a tentar modificá-lo ou mudá-lo.

Vemos, portanto, que o esforço é um conflito ou uma luta para transformar *aquilo que é* em alguma coisa que se deseja que seja. Estou apenas a falar de luta *psicológica*, e não da luta com um problema físico, como na engenharia relativamente a alguma descoberta ou transformação exclusivamente técnica. Estou apenas a referir-me àquela luta psicológica que se sobrepõe sempre ao que é puramente técnico, podemos edificar com grande cuidado uma sociedade maravilhosa, usando os extraordinários conhecimentos que a ciência nos tem dado. Mas enquanto o conflito, a luta e a batalha psicológicas não forem compreendidos, e as vozes discordantes e as correntes psicológicas não forem harmonizadas, a estrutura da sociedade, por muito maravilhosa que seja a forma como está construída, está condenada a desmoronar-se, como tem acontecido repetidamente.

O esforço é um conflito relativamente *àquilo que é*. No momento em que aceito *o que é*, não há luta. Qualquer forma de luta ou de esforço é um indício de distracção, e essa distracção, que é esforço, tem de existir enquanto, psicologicamente, desejo transformar *o que é* em alguma coisa que *não* é.

Primeiro, temos de estar livres para ver que a alegria e a felicidade não resultam do esforço. Será que há criação através do esforço, ou só há criação com o cessar do esforço? Quando se escreve, pinta ou canta — quando é que se cria? Certamente, quando não há esforço, quando se está completamente aberto, quando em todos os níveis se está em total comunicação, completamente integrado. Então há alegria e então começa-se a cantar ou a escrever um poema, a pintar ou a modelar alguma coisa. O momento da criatividade não nasce da luta.

Talvez, ao compreendermos a questão da criatividade sejamos capazes de entender o que significa esforço. Será que a criatividade resulta do esforço, e estaremos conscientes de nós próprios nesses momentos em que somos criativos? Ou é a criatividade um estado de total auto-esquecimento, aquele estado em que não há agitação, em que uma pessoa está totalmente inconsciente do movimento do pensamento, em que há apenas um ser completo, pleno, rico? Será que esse estado resulta de luta, de conflito, de esforço? Não sei se alguma vez notámos que quando fazemos alguma coisa com facilidade, com rapidez, não há esforço, há completa ausência de luta; mas como as nossas vidas são quase sempre uma série de batalhas, de conflitos e lutas, não somos capazes de imaginar uma vida, um *estado de ser*, no qual o conflito tenha cessado totalmente.

Para compreender o estado de ser sem conflito, esse estado de existência criativa, temos certamente de investigar todo o problema do esforço. Entendemos por esforço lutar para nos preenchermos, para nos tornarmos alguma coisa. Sou «isto» e quero tornar-me «aquilo»; não sou «aquilo» e devo tornar-me «aquilo». No vir a ser «aquilo», há esforço, há combate, conflito, luta. Nesta luta estamos inevitavelmente interessados em conseguir um fim; procuramos esse preenchimento pessoal num objecto, numa pessoa, numa ideia, e isso exige uma batalha constante, uma luta, o esforço para «vir a ser», para realizar. Assim olhamos este esforço como inevitável; e eu pergunto-me se é inevitável — esta luta para se tornar alguma coisa. Por que há esta luta? Quando há o desejo

de conseguir, seja qual for o grau e qual for o nível, tem de haver luta. O preenchimento pessoal é o motivo, o impulso por detrás do esforço; quer ele exista no grande executivo, na dona de casa, ou num homem pobre, há esta batalha para «vir a ser», para conseguir. Constantemente.

Ora, por que existe o desejo de preenchimento pessoal? Obviamente, o desejo de conseguir, de nos tornarmos alguma coisa, surge quando percebemos que não somos nada. E porque não sou nada, porque sou insuficiente, vazio, interiormente pobre, luto para me tornar alguma coisa; exteriormente ou interiormente, luto para me preencher, numa coisa, numa ideia. Preencher esse vazio é todo o processo da nossa existência. Dando-nos conta de que estamos vazios, de que somos interiormente pobres, lutamos ou para acumular coisas exteriormente, ou para cultivar riquezas interiores. Só há esforço quando há uma fuga a esse vazio interior pela acção, pela contemplação, pela realização pessoal, pelo poder, etc. É essa a nossa existência diária. Apercebo-me da minha insuficiência, da minha pobreza interior, e luto para fugir disso ou para a preencher. Esta fuga, evitando ou tentando encobrir o vazio, traz consigo luta, conflito, esforço.

Ora, se a pessoa não faz um esforço para fugir, que acontece? A pessoa vive com essa solidão, com esse vazio; e ao aceitar esse vazio a pessoa verá que acontece um estado criativo que não tem nada a ver com conflito, com esforço. O esforço só existe enquanto estamos a tentar evitar essa solidão interior, esse vazio, mas quando olhamos isso, quando o observamos, quando aceitamos *o que é*, sem o evitar, veremos que acontece um estado de ser no qual todo o conflito termina. Esse estado de ser é criatividade e não resulta do conflito.

Mas quando há compreensão de *o que é*, que é o vazio, a insuficiência interior, quando se «vive» com essa insuficiência, e ela é completamente compreendida, surge a realidade criativa, a inteligência criativa, a única que traz felicidade.

Portanto, a acção tal como a conhecemos é realmente reacção, é um «vir a ser» constante, que é a negação, o evitar de *o que é*; mas quando há percepção do vazio, sem escolha, sem condenar nem justificar, então, nessa compreensão *de o que é* há acção, e esta acção é um estado de ser criativo.

Compreenderemos isto se nos apercebermos de nós mesmos na acção. Observemo-nos quando estivermos a actuar, não só

exteriormente, mas observemos também o movimento do nosso pensar e do nosso sentir. Quando tivermos a percepção deste movimento, veremos que o processo de pensar também é um processo de sentir e de acção, está baseado numa ideia de «vir a ser». Esta ideia surge apenas quando há um sentimento de insegurança, e este nasce quando se tem consciência do vazio interior. Se tivermos consciência desse processo de pensar e de sentir, veremos que existe uma batalha constante, um esforço para mudar, para modificar, para alterar *o que é*. Este é o esforço para «vir a ser», e o «vir a ser» é um modo directo de evitar *o que é*.

Pelo autoconhecimento, por um constante percebimento, veremos que essa batalha, esse conflito para «vir a ser», leva à dor, ao sofrimento, e à ignorância. Só quando nos apercebemos da insuficiência interior, e «vivemos» com ela, sem lhe fugirmos, aceitando-a totalmente, descobriremos uma tranquilidade extraordinária, que não é construída, que não é inventada; é uma tranquilidade que surge com a compreensão de *o que é*. E só nesse estado de tranquilidade existe o *estado de ser* criativo.

Capítulo VIII

A CONTRADIÇÃO

VEMOS CONTRADIÇÃO em nós e à nossa volta; porque estamos em contradição, há ausência de paz em nós e, portanto, fora de nós. Existe em nós um constante estado de negação e de afirmação — o que *desejamos* ser e aquilo que somos.

O estado de contradição cria conflito e este conflito não produz paz — o que é um facto simples e óbvio. Esta contradição interior não deve ser traduzida em alguma espécie de dualismo filosófico, porque isso é uma fuga muito fácil. Isto é, dizendo que a contradição é um estado de dualismo, pensamos que a resolvemos — o que é apenas uma convenção, uma ajuda para a nossa fuga da realidade.

Ora, que entendemos por conflito, por contradição? Por que há contradição em mim? — esta constante luta para ser alguma coisa diferente daquilo que sou. Sou «isto» e desejo ser «aquilo». Esta contradição em nós é um facto, não um dualismo metafísico. A metafísica não significa nada, na compreensão de *o que é*. Podemos discutir, dizer o que é o dualismo, se ele existe, etc., mas que valor tem isso, se não soubermos que existe contradição em nós, desejos opostos, interesses opostos, objectivos opostos? Desejo ser bom e não sou capaz de sê-lo. Esta contradição, esta oposição em nós tem de ser compreendida, porque cria conflito; e no conflito, na luta, não podemos ser criativos como indivíduos.

Temos de ser muito lúcidos em relação ao estado em que estamos. Existe contradição, e assim tem de haver luta; e luta é destruição, é desperdício. Neste estado, nada podemos produzir, a não ser antagonismo, conflito, mais amargura e sofrimento. Se formos capazes de compreender isto completamente, e a partir daí libertarmo-nos da contradição, então poderá haver paz interior, que trará consigo compreensão mútua.

O problema é este. Vendo que esse conflito é destrutivo e que causa desperdício de energia, por que é que em cada um de nós existe contradição? Para compreendermos isso, temos de ir um

pouco mais longe. Por que razão há em nós desejos opostos? Não sei se nos damos conta disso em nós mesmos — esta contradição, este espírito de desejar e de não desejar, lembrarmo-nos de alguma coisa e tentar esquecê-la para encontrar alguma coisa nova. Observemos apenas o facto. Ele é muito simples e muito normal. Não é nada de extraordinário. O facto é: há contradição. Então, por que é que esta contradição surge?

Que entendemos por contradição? Não será que ela implica um estado impermanente que está em oposição a outro estado impermanente? Penso que tenho um desejo permanente, e nasce em mim outro desejo que o contradiz; esta contradição gera conflito, que é desperdício de energia. Quer dizer que há uma constante negação de um desejo por outro desejo, um objectivo sobrepondo-se a outro objectivo. Ora, existirá algo como um desejo permanente? Seguramente, *todo* o desejo é impermanente — não metafísica, mas realmente. Desejo um emprego. Isto é, procuro um certo emprego como um meio de ser feliz; e quando o obtenho, fico insatisfeito. Desejo tornar-me o gerente, depois o proprietário da empresa, etc. Vê-se isto acontecer também no chamado mundo espiritual — o padre a desejar tornar-se bispo; o discípulo a desejar vir a ser instrutor.

Este constante «vir a ser», chegar a um estado depois de outro, produz contradição. Portanto, por que não olhar a vida não como um desejo permanente, mas como uma série de desejos passageiros, sempre em oposição entre si? A mente não precisa de estar num estado de contradição. Se olho a vida não como um desejo permanente mas como uma série de desejos temporários que estão constantemente a mudar, então não há contradição.

A contradição só surge quando a mente tem um ponto de desejo fixo; isto é, quando a mente não encara *todo* o desejo como passageiro, transitório, mas se apega a um desejo e o toma como permanente — só então, quando surge outro desejo, há contradição. Mas todos os desejos estão em constante movimento, não há uma fixação do desejo. Não existe um ponto fixo no desejo; mas a mente estabelece um ponto fixo porque ela considera tudo como um meio para atingir os seus objectivos, para ganhar; e tem de haver contradição, conflito, enquanto se está a tentar atingir objectivos. Desejamos chegar, desejamos conseguir; desejamos encontrar, no fim do caminho, um Deus ou a Verdade, que será a nossa satisfação permanente. Portanto, não

estamos a procurar a Verdade, não estamos a procurar Deus. Estamos a procurar uma satisfação duradoira, e essa satisfação revestimo-la com uma ideia, uma palavra respeitável e bem soante, tal como «Deus» ou «Verdade»; mas na realidade estamos todos a procurar satisfação pessoal, e a colocarmos essa satisfação no seu ponto mais alto, chamando-lhe «Deus». O ponto mais baixo é a bebida. Enquanto a mente está a procurar satisfação, não há muita diferença entre «Deus» e a bebida. Socialmente, a bebida pode ser má; mas o desejo interior de satisfação pessoal, de lucro, é mesmo mais maléfico, não é? Se desejamos realmente encontrar a Verdade, temos de ser extremamente sinceros, não só ao nível das palavras, mas completamente; temos de ser extraordinariamente lúcidos, e não podemos ser lúcidos se não desejamos encarar os factos.

Ora, o que cria contradição em cada um de nós? É, seguramente, o desejo de «vir a ser» alguma coisa. Desejamos ser bem-sucedidos no mundo. Enquanto pensarmos em termos de tempo, em termos de êxito pessoal, tem de haver contradição. Afinal, a mente é produto do tempo; e enquanto o pensamento funcionar dentro do campo do tempo, pensando em termos de futuro, de «vir a ser», de lucro, de sucesso pessoal, tem de haver contradição, porque então somos incapazes de encarar *o que é*, com exactidão. Somente ao compreender, ao termos a percepção sem escolha de *o que é*, é possível libertarmo-nos do factor desintegrante que é a contradição.

É pois essencial compreendermos todo o processo do nosso pensar, porque é aí que encontramos contradição. O próprio pensamento torna-se uma contradição, porque não compreendemos o processo total de nós mesmos; essa compreensão só é possível quando temos completa percepção do nosso pensamento, não como um observador actuando sobre o seu pensamento, mas integralmente e sem qualquer escolha — o que é extremamente difícil. Só então se dissolve essa contradição que é tão prejudicial e tão penosa.

Enquanto estivermos a tentar conseguir um resultado psicológico, enquanto desejarmos segurança interior, tem de haver uma contradição na nossa vida. Penso que a maioria de nós não se dá conta desta contradição; ou se se apercebe dela, não compreende o seu verdadeiro significado. Pelo contrário, a contradição dá-nos um incentivo para viver; o próprio elemento de fricção faz-

-nos sentir vivos. O esforço, a luta, que é a contradição, dá-nos um sentido de vitalidade. É por isso que gostamos de guerras, é por isso que apreciamos a batalha das frustrações. Enquanto houver o desejo de conseguir um resultado, que é o desejo de estar psicologicamente seguro, tem de haver uma contradição; e quando há contradição, não é possível uma mente tranquila. A tranquilidade da mente é essencial para compreender todo o significado da vida. O pensamento nunca pode estar tranquilo; o pensamento, que é produto do tempo, nunca pode encontrar o que é intemporal, nunca pode conhecer o que está além do tempo. A própria natureza do nosso pensar é uma contradição, porque estamos sempre a pensar em termos do passado ou do futuro; portanto, nunca temos um conhecimento total do presente, nunca nos apercebemos totalmente do presente.

Estar totalmente consciente do presente é extraordinariamente difícil, porque a mente é incapaz de encarar um facto directamente, sem ilusão. O pensamento é produto do passado e portanto só pode pensar em termos de passado ou de futuro; não é capaz de estar completamente consciente de um facto no presente. Enquanto, como pensamento, que é produto do passado, tentar eliminar a contradição e todos os problemas que ela cria, está apenas a tentar conseguir um resultado, a tentar alcançar um fim, e esse pensar apenas gera mais contradição e a partir daí conflito, infelicidade e confusão em nós e, portanto, à nossa volta. Para estarmos livres de contradição, precisamos de estar atentos ao presente, sem qualquer escolha. Como pode haver escolha, quando estamos confrontados com um facto? Certamente que a compreensão do facto se torna impossível enquanto o pensamento está a tentar actuar sobre o facto em termos de «vir a ser», de mudar, de alterar.

O autoconhecimento é pois o começo da compreensão; sem autoconhecimento, a contradição e o conflito continuarão. Conhecer todo o processo, a totalidade de nós mesmos, não requer nenhum especialista, nenhuma autoridade. Seguir uma autoridade só dá origem a medo. Nenhum especialista pode mostrar-nos como compreender o processo do «eu». Temos de estudá-lo por nós mesmos. Vós e eu podemos ajudar-nos uns aos outros conversando sobre isso, mas ninguém é capaz de revelá-lo a nós mesmos, nenhum especialista, nenhum instrutor pode explorá-lo para nós. Só podemos aperceber-nos dele no nosso relaciona-

mento — com a natureza, com aquilo que possuímos, com as pessoas e com as ideias.

No relacionamento descobriremos que a contradição surge quando a acção se está a aproximar de uma ideia. A ideia é apenas a cristalização do pensamento num símbolo, e o esforço para viver de acordo com o símbolo cria uma contradição.

Assim, enquanto existir um padrão de pensamento, a contradição irá continuar; para acabarmos com o padrão, e assim com a contradição, precisamos de autoconhecimento. Esta compreensão do «eu» não é um processo reservado só a alguns. O «eu» é para ser compreendido no nosso modo de falar de cada dia, no modo como pensamos e sentimos, no modo como olhamos o «outro». Se formos capazes de nos darmos conta de todos os pensamentos, de todos os sentimentos, de momento a momento, então veremos que no relacionamento os modos de ser do «eu» são compreendidos. Só então há uma possibilidade dessa tranquilidade da mente na qual, e só nela, a Realidade Última pode surgir.

Capítulo IX

QUE É O «EU»?

SERÁ QUE SABEMOS o que entendemos por «eu»? Por «eu», entendemos a ideia, a memória, a conclusão, a experiência, as várias formas de intenções a que podemos dar ou não dar nomes, o esforço consciente para ser ou não ser, a memória acumulada do inconsciente — da raça, do grupo, do indivíduo, do clã — a tudo isso, quer seja projectado exteriormente na acção ou projectado espiritualmente como «virtude», o esforço, o que fazemos por tudo isto é o «eu». Nesse esforço inclui-se a competição, o desejo de «ser». Todo esse processo é o «eu»; e sabemos realmente, quando somos confrontados com ele, que é uma coisa má. Estou a usar a palavra «má» intencionalmente, porque o «eu» origina divisão; o «eu» é egoísta — as suas actividades, por muito nobres que sejam, separam e isolam. Conhecemos tudo isto. Também conhecemos aqueles extraordinários momentos em que o «eu» é inexistente, em que não há tendência alguma para esforço ou luta, e que acontecem quando há Amor.

Parece-me importante compreender como a experiência fortalece o «eu». Se sentimos verdadeiro interesse, temos de compreender este problema da experiência.

Que entendemos por experiência? Temos impressões, reagimos e actuamos de acordo com elas; somos calculistas, astuciosos, etc. Há esta constante interacção entre o que é visto objectivamente e a nossa reacção a isso, e há também interacção entre o consciente e as memórias do inconsciente.

De acordo com as minhas memórias, reajo ao que quer que seja que vejo, ao que quer que seja que sinto. Neste processo de reacção ao que vejo, ao que sinto, ao que sei, àquilo em que acredito, a experiência está a ter lugar. A reacção, a resposta ao que se vê, é experiência. Quando te vejo, reajo; o dar nome a essa reacção é experiência. Se não dou nome a essa reacção, então ela não é experiência. Observemos as nossas próprias reacções, e o que está a acontecer à nossa volta. Não há experiência a não ser que haja simultaneamente um processo de

dar nome. Se não te reconheço, como posso ter a experiência de te ter encontrado? É simples e exacto. Não é um facto? Isto é, se eu não reajo de acordo com as minhas memórias, com o meu condicionamento, com os meus pré-juízos, como posso saber que tive uma experiência?

Depois, há a projecção de vários desejos. Desejo estar protegido, ter segurança interiormente; ou desejo ter um mestre, um guru, um instrutor, um Deus; e experiencio aquilo que projectei; isto é, projectei um desejo que tomou uma forma, à qual dei um nome; respondo a isso. É «projecção» de mim mesmo. Esse desejo que me dá uma experiência faz-me dizer: «Tenho a experiência», «Encontrei o mestre», ou «Não encontrei o mestre». Conhecemos todo o processo de dar nome a uma experiência. O desejo é aquilo a que chamamos experiência, não é assim?

Quando desejo o silêncio da mente, que está a acontecer? Que acontece? Vejo a importância de ter a mente silenciosa, tranquila — por várias razões: porque os *Upanishads* dizem isso, as escrituras religiosas dizem isso, os santos disseram isso, e também ocasionalmente, eu próprio sinto como é bom estar tranquilo, porque a minha mente é muito tagarela, o dia todo. Por vezes, sinto como é bom, como é agradável ter a mente em paz, ter a mente silenciosa. O meu desejo é experienciar o silêncio. Desejo ter a mente silenciosa e portanto pergunto: «Como posso conseguir isso?» Sei o que tal ou tal livro diz sobre a meditação, e as várias formas de «disciplina». Desse modo, pela disciplina procuro experienciar o silêncio. O «eu» fixou-se, portanto, na «experiência do silêncio».

Desejo compreender o que é a Verdade; é esse o meu desejo, a minha aspiração; então, segue-se a minha projecção do que considero ser a Verdade, porque tenho lido muito sobre isso; tenho ouvido muitas pessoas falar disso; as escrituras religiosas descrevem-no. Desejo tudo isso. Que acontece? O próprio querer, o próprio desejo é projectado, e eu experiencio porque reconheço esse estado projectado. Se eu não o reconhecesse, não lhe chamaria verdade. Reconheço-o e experiencio-o; e essa experiência dá força ao «eu». Assim, o «eu» fica entrincheirado na experiência. Então dizemos «Eu sei», «O mestre existe», «Deus existe», ou «Não há Deus»; dizemos que um certo sistema político está certo e todos os outros não estão...

Assim, a experiência está sempre a fortalecer o «eu». Quanto mais estamos entrincheirados na nossa experiência, mais o «eu» fica fortalecido. Como resultado disto, temos uma certa força de carácter, uma forma de conhecimento, de crença, que exibimos a outras pessoas, porque sabemos que elas não são tão espertas como nós, e porque temos o dom da palavra escrita ou falada e somos sagazes. Devido ao «eu» estar ainda a actuar, assim as nossas crenças, os nossos mestres, as nossas castas, o nosso sistema económico são todos um processo de isolamento e portanto causam discórdia.

Devemos, se somos realmente sérios ou interessados nisto, dissolver completamente este centro (o «eu») em vez de o justificar. É por isso que precisamos de compreender o processo da experiência.

Será possível a mente, o «eu», não «projectar», não desejar, não experienciar? Vemos que todas as experiências do «eu» são uma negação, uma destruição e apesar disso chamamos-lhe acção positiva. É a isso que chamamos a maneira positiva de viver. Desfazer todo este processo é, para nós, negação. Teremos razão? Poderemos nós, vós e eu, como indivíduos, ir à sua raiz e compreender o processo do «eu»? Então o que é que produz a dissolução do «eu»? Grupos religiosos e outros têm oferecido a identificação. «Identificai-vos com algo superior e o "eu" desaparecerá», é o que dizem. Mas a identificação é ainda seguramente o processo do «eu». Algo superior é simplesmente a projecção do «eu», que experiencio e que portanto o fortalece.

Todas as formas de disciplina, crença e conhecimento, apenas dão, seguramente, força ao «eu». Será que somos capazes de encontrar um elemento que dissolva o «eu»? Ou esta é uma pergunta errada? É isso o que basicamente desejamos. Desejamos encontrar alguma coisa que dissolva o «eu», não é assim? Pensamos que existem vários meios, nomeadamente, a identificação, a crença, etc.; mas todos estão no mesmo nível; um não é superior ao outro, porque todos são igualmente poderosos no fortalecimento do «eu». Assim, poderei ver o «eu» onde quer que ele funcione, e perceber a sua força e energia destrutivas? Seja qual for o nome que eu lhe possa dar, ele é uma força que isola, uma força destrutiva, e desejo encontrar um modo de o dissolver. Deveis ter perguntado isto a vós mesmos — «Vejo o «eu» sempre a funcionar e sempre a criar ansiedade, medo, frustração, desespero, sofrimento, não só a mim

próprio mas a todos à minha volta. Será possível o «eu» ser dissolvido, não parcial, mas completamente? Será que podemos ir à sua raiz e destruí-lo?» Essa é a única maneira de agirmos verdadeiramente. Não quero ser parcialmente inteligente, mas inteligente de um modo integrado.

Quase todos nós somos «inteligentes» em vários níveis, alguns provavelmente de um modo, e eu de outro modo. Alguns de vós sois «inteligentes» no vosso trabalho de negociantes, alguns outros no vosso trabalho de escritório, etc.: as pessoas são «inteligentes» de várias maneiras; mas não somos integralmente inteligentes. *Ser integralmente inteligente significa ser sem o «eu»*. Será possível?

Será possível o «eu» estar agora completamente assente? Sabemos que é possível. Quais são os ingredientes, os requisitos necessários? Qual é o elemento que o produz? Será que posso encontrá-lo? Quando coloco essa questão «Serei capaz de o encontrar?», estou certamente convencido de que é possível; assim, já criei uma experiência na qual o «eu» vai ser fortalecido, não é assim? A compreensão do «eu» requer muita inteligência, muita vigilância, muita atenção, uma observação incessante para que ela não nos escape. Quero dissolver o «eu», porque estou muito interessado nisso. Quando digo: sei que é possível dissolver o «eu», no momento em que digo «Quero dissolver isto», há ainda o experienciar do «eu»; e assim o «eu» é fortalecido. Como é possível o «eu» não experienciar? Pode-se ver que o estado de criação não é, de modo algum, experiência do «eu». A criação acontece quando o «eu» não está presente, porque a criação não é intelectual, não pertence à mente, não é autoprojectada, é algo que transcende todo o experienciar.

Assim, será possível a mente estar completamente quieta, num estado de não-(re)conhecimento, ou de não-experienciar, estar num estado no qual a criação pode ter lugar, o que significa quando o «eu» não existe, quando o «eu» está ausente? Este é o problema, não é? Qualquer movimento da mente, positivo ou negativo, é uma experiência que de facto dá força ao «eu». Será possível a mente não reconhecer? Isso só pode ter lugar quando há completo silêncio, mas não o silêncio que é uma experiência do «eu» e que portanto o fortalece.

Haverá uma entidade separada do «eu», que observa o «eu» e o dissolve? Haverá uma entidade espiritual que é capaz de superar e destruir o «eu», que o põe de lado? Pensamos que há, não é assim? Quase todas as pessoas religiosas pensam que

tal elemento existe. O materialista diz: «É impossível o "eu" ser destruído; só pode ser condicionado e refreado — política, económica e socialmente; podemos mantê-lo firmemente dentro de um certo padrão e podemos dobrá-lo; e portanto ele pode ser levado a viver uma vida elevada, uma vida moral, e a não interferir com coisa alguma, mas a seguir o padrão social e a funcionar apenas como uma «máquina». Conhecemos isso. Há outras pessoas, as chamadas religiosas — não são realmente religiosas, embora lhes chamemos assim — que dizem: «Fundamentalmente tal elemento existe. Se conseguirmos entrar em contacto com ele, ele dissolverá o "eu".»

Existirá um tal elemento para dissolver. o «eu»? Vejam bem o que estamos a fazer. Estamos a empurrar o «eu», à força, para um canto. Se deixarmos que nos empurrem para um canto, veremos o que vai acontecer...

Gostaríamos que houvesse um elemento intemporal, independente do «eu», que esperamos, virá interceder e destruir o «eu» — e a que chamamos Deus. Ora existirá tal coisa que a mente seja capaz de conceber? Pode existir ou não; essa não é a questão. Mas quando a mente procura um estado espiritual intemporal que entrará em acção para destruir o «eu», não será isso outra forma de experiência que está a fortalecer o «eu»? Quando temos essa crença, não será isso o que está realmente a acontecer? Quando acreditamos que há a Verdade, Deus, o estado intemporal, a imortalidade, não será isso um processo de fortalecer o «eu»? O «eu» projecta essa coisa que sentimos, e em que acreditamos, que virá e destruirá o «eu». Assim, tendo projectado esta ideia de continuidade num estado intemporal como uma entidade espiritual, temos uma experiência; e tal experiência só dá força ao «eu»; e portanto que fizemos? Não destruímos realmente o «eu», mas apenas lhe demos um nome diferente, uma diferente qualidade; o «eu» existe ainda, porque o experimentamos. Deste modo, a nossa acção, do princípio ao fim, é a mesma acção, apenas pensamos que está a evoluir, a crescer, a tornar-se cada vez mais bela; mas, se observarmos interiormente, é a mesma acção a continuar, o mesmo «eu» a funcionar em diferentes níveis, com diferentes rótulos, com nomes diferentes.

Quando vemos todo o processo, as invenções astuciosas e extraordinárias, a «inteligência» do «eu», como ele se encobre através da identificação, através da «virtude», da experiência, da

crença, do conhecimento acumulado, vemos como a mente se está a mover num círculo, numa gaiola que ela própria constrói, que acontece? Quando nos apercebemos disso, conhecendo perfeitamente tudo isso, não ficamos então extraordinariamente silenciosos — não por compulsão, não por qualquer prémio, não por qualquer receio? Quando reconhecemos que todos os movimentos da mente são apenas uma forma de fortalecer o «eu», ao observarmos isso, quando o vemos realmente, quando nos damos conta disso na acção, quando chegamos a esse ponto — não ideologicamente, não verbalmente, não projectando o experienciar, mas quando estamos de facto nesse estado — então veremos que a mente, estando totalmente quieta, não tem poder de criar. O que quer que a mente cria está num círculo, dentro do campo do «eu». Quando a mente não está «criando», há criação, e esta não é um processo que podemos reconhecer.

A Realidade, a Verdade não se pode (re)conhecer. Porque a verdade que esperamos, a crença, o conhecimento acumulado, o cultivar da virtude — tudo isto tem de acabar. A pessoa «virtuosa» que tem consciência de procurar a virtude não pode encontrar a Realidade. Pode ser uma pessoa honrada; mas isso é inteiramente diferente de ser uma «pessoa da Verdade», uma pessoa que compreende. Para a pessoa verdadeira, a Verdade surge. Uma pessoa «virtuosa» é uma pessoa «austera», e uma pessoa «austera» não pode compreender o que é a Verdade, porque a virtude para ela é o disfarce do «eu», o fortalecimento do «eu», já que ela está a cultivar a «virtude». Quando diz «Eu devo não ser gananciosa», o estado de não-ganância que ela experiencia somente fortalece o «eu». É por isso que é tão importante ser pobre, não só relativamente às coisas do mundo, mas também relativamente à crença e ao conhecimento acumulado. Uma pessoa com riquezas mundanas ou rica de conhecimentos e de crença não conhecerá nada a não ser escuridão, e será um foco de malefícios e de infelicidade. Mas se vós e eu, como indivíduos, formos capazes de ver todo este trabalho do «eu» então saberemos o que é o Amor. Posso assegurar que é a única reforma capaz de mudar o mundo. O Amor não surge do «eu». O «eu» não é capaz de (re)conhecer o Amor. Dizemos «Eu amo», mas então, ao dizermos isso, ao experienciarmos isso, o Amor não está. Mas quando conhecemos o Amor, o «eu» não está. Quando há Amor, não há «eu».

Capítulo X

O MEDO

QUE É O MEDO? O medo só pode existir em relação a alguma coisa, não isoladamente. Como posso ter medo da morte, como posso ter medo de alguma coisa que não conheço? Só posso ter medo daquilo que conheço. Quando digo que tenho medo da morte, será que tenho realmente medo do desconhecido — que é a morte — ou tenho medo de perder aquilo que conheço? O meu medo não é da morte, mas de perder a minha ligação às coisas que me pertencem. O meu medo está sempre em relação com o conhecido, não com o desconhecido.

O que agora vamos investigar é como libertar-me do medo do conhecido, que é o medo de perder a minha família, a minha reputação, o meu carácter, a minha conta no banco, aquilo que desejo, etc. Podemos dizer que o medo nasce da consciência; mas a nossa consciência é formada pelo nosso condicionamento, assim a consciência é ainda o resultado do conhecido. Que conheço eu? Conhecimento é ter ideias, é ter opiniões sobre as coisas, é ter um sentimento de continuidade em relação ao conhecido, e nada mais. As ideias são lembranças, resultantes da experiência, que é reacção ao desafio. Tenho medo do conhecido, o que quer dizer que tenho medo de perder pessoas, coisas ou ideias, tenho medo de descobrir o que sou, medo de estar confuso, medo da dor que pode vir de perder ou de ganhar alguma coisa; ou de não ter mais prazer.

Há medo da dor. A dor física é uma reacção nervosa, mas a dor psicológica surge quando estou apegado a coisas que me dão satisfação, porque nesse caso tenho medo de alguém ou de alguma coisa que possam roubar-mas. As experiências psicológicas evitam a dor psicológica, enquanto não são perturbadas; isto é, sou um feixe de acumulações, de experiências, que evitam qualquer forma séria de perturbação — e «eu» não quero ser perturbado. Portanto, tenho medo de alguém que as perturbe. Assim, o meu medo é do conhecido, tenho medo por causa das

experiências físicas ou psicológicas que acumulei e que são um meio de me resguardar da dor física ou do sofrimento psicológico — mas o sofrimento está presente no próprio processo de *acumular, para nos protegermos da dor psicológica.*

Os conhecimentos podem ajudar a evitar a dor. Assim como os conhecimentos médicos ajudam a proteger-nos da dor física, assim as crenças ajudam a evitar a dor psicológica, e é por isso que receio perder as minhas crenças, embora «eu» não tenha perfeito conhecimento ou prova concreta da realidade de tais crenças. Posso abandonar algumas das crenças tradicionais que me foram inculcadas, porque a minha própria experiência me dá força, confiança, compreensão; mas tais crenças, e os conhecimentos que adquiri são basicamente os mesmos — um meio de evitar a dor. O medo existe enquanto houver acumulação do conhecido, o que cria medo de perder. Portanto, o medo do desconhecido é realmente o medo de perder o conhecido acumulado. A acumulação significa invariavelmente medo, que, por seu turno, significa dor; e no momento em que digo «Não devo perder» há já medo. Embora a minha intenção ao acumular seja evitar a dor, esta é inerente ao processo de acumulação. As próprias coisas que tenho criam medo, que é sofrimento.

Na sua raiz, a defesa traz consigo o ataque. Desejo segurança física; assim crio um governo soberano, que necessita de forças armadas, o que significa guerra, a qual destrói a segurança. Onde quer que haja o desejo de autoprotecção, há medo. Quando vejo o engano da procura de segurança deixo de acumular. Se dizemos que compreendemos isso, mas não somos capazes de deixar de acumular, tal acontece porque não compreendemos realmente. O sofrimento é inerente à acumulação.

Existe medo no processo de acumular e a crença em alguma coisa faz parte do processo acumulativo. O meu filho morre, e «eu» acredito na reincarnação para psicologicamente evitar mais sofrimento; mas no próprio processo de acreditar existe dúvida. Exteriormente, acumulo coisas, e causo guerra; interiormente acumulo crenças, e produzo dor. Assim, enquanto desejo estar seguro, ter depósitos no banco, prazeres, etc., enquanto desejo vir a ser alguma coisa, fisiológica ou psicologicamente, tem de existir sofrimento. As próprias coisas que faço para me proteger do sofrimento trazem-me medo, dor.

O medo surge quando desejo viver de acordo com um certo padrão. Viver sem medo significa viver sem um padrão determinado. Quando procuro um determinado modo de viver, isso, em si mesmo, é uma fonte de medo. A minha dificuldade é o meu desejo de viver dentro de uma certa moldura. Será que não sou capaz de quebrar a moldura? Só sou capaz de o fazer quando vejo a verdade; que a moldura está a causar medo e que este medo está a fortalecer a moldura. Se digo que devo quebrar a moldura porque quero libertar-me do medo, então estou apenas a seguir outro padrão que causará mais medo. Qualquer acção da minha parte baseada no desejo de quebrar a moldura só irá criar outro padrão, e portanto medo. Como é que vou quebrar a moldura sem causar medo, isto é, sem qualquer acção consciente ou inconsciente da minha parte em relação a isso? Isto significa que não devo agir, não devo fazer nenhum movimento para quebrar a moldura. Que me acontece quando estou simplesmente a olhar a moldura sem fazer coisa alguma em relação a ela? Vejo que a própria mente é a moldura, o padrão; ela vive no padrão habitual que criou para si mesma. Portanto, a própria mente é o medo. Seja o que for que a mente faça, vai fortalecer um velho padrão ou contribuir para a formação de um novo. O que significa que seja o que for que a mente faça para se ver livre do medo, gera medo.

O medo encontra várias fugas. A variedade mais comum é a identificação — identificação com o país, com a sociedade, com uma ideia. Não observaram como reagimos quando vemos um desfile militar ou uma procissão religiosa, ou quando a «pátria» está em perigo de ser invadida? Então identificamo-nos com a «pátria», com um ser, com uma ideologia. Outras vezes, identificamo-nos com o nosso filho, com a nossa esposa, com uma forma particular de acção, ou de inacção. A identificação é um processo de auto-esquecimento. Enquanto estou consciente do «eu», sei que há dor, há luta, há medo constante. Mas se for capaz de me identificar com alguma coisa maior, com alguma coisa que acho que vale a pena — com a beleza, com a vida, com a verdade, com a crença, com o conhecimento —, pelo menos temporariamente, há uma fuga ao «eu», não é assim? Se falo acerca da «minha pátria» esqueço-me de mim temporariamente. Se sou capaz de dizer alguma coisa sobre Deus, esqueço-me de mim. Se posso identificar-me com a «minha»

família, com um grupo, com um certo partido, uma certa ideologia, então há uma fuga temporária.

A identificação é portanto uma forma de fugir do «eu», tal como a «virtude» é uma forma de fugir do «eu». A pessoa que cultiva a «virtude» está a fugir do «eu» e tem uma mente estreita. Não é uma mente virtuosa, porque a Virtude não pode ser cultivada. Quanto mais a pessoa tenta tornar-se virtuosa, tanto mais força dá ao «eu». O medo, que é comum em quase todos nós, sob diferentes formas, tem sempre de encontrar um substituto e tem por isso de aumentar a nossa luta. Quanto mais nos identificamos com um substituto, tanto maior é a força para nos apegarmos àquilo por que estamos dispostos a lutar, a morrer, porque por detrás de tudo isso está o medo.

Será que sabemos o que é o medo? Não será a não-aceitação de *o que é?* Temos de compreender bem a palavra «aceitação». Não estou a usar essa palavra com o sentido de esforço feito para aceitar. Não se trata de aceitar quando tenho a percepção de *o que é*. Quando não vejo claramente *o que é*, então introduzo o processo de «aceitação». O medo é assim a não-aceitação de *o que é*. Como posso «eu», que sou um feixe de todas estas reacções, memórias, esperanças, depressões, frustrações, que sou o resultado do movimento da consciência bloqueada, passar além dela? Será que a mente, sem este bloqueamento, este obstáculo, pode estar consciente? Sabemos que, quando não há obstáculo, há uma extraordinária alegria. Não sabemos nós que, quando o corpo está perfeitamente saudável, há uma certa alegria e bem-estar; e não sabemos também que, quando a mente está completamente livre, sem qualquer bloqueio, quando o centro de (re)conhecimento que é o «eu» não está presente, experienciamos uma certa alegria? Não experienciámos já este estado, quando o «eu» está ausente? Certamente que todos nós já o experienciámos.

Há compreensão e liberdade em relação ao «eu» somente quando sou capaz de olhá-lo completa e integralmente como um todo; e só sou capaz de fazer isso quando compreendo na totalidade o processo de toda a actividade nascida do desejo que é a própria expressão do pensamento — porque o pensamento não é diferente do desejo — sem justificar, sem condenar, sem reprimir. Se for capaz de compreender isso, então saberei se há possibilidade de transcender as limitações do «eu».

Capítulo XI

SIMPLICIDADE

GOSTARIA DE INVESTIGAR o que é a simplicidade e, talvez, a partir daí cheguemos a descobrir o que é a sensibilidade. Parecemos pensar que a simplicidade é apenas uma expressão exterior, uma renúncia: ter poucas posses, usar uma tanga, não ter morada, vestir poucas roupas, ter pouco dinheiro no banco, etc. Mas isso não é certamente simplicidade: é apenas exibição. Parece-me que a simplicidade é essencial; mas a simplicidade só pode nascer quando começamos a compreender a importância do autoconhecimento.

Simplicidade não é ajustamento a um padrão. Ser simples exige muita inteligência e não conformar-se meramente a um padrão particular, por muito digno que nos pareça exteriormente. Infelizmente, a maioria de nós começa a ser simples nas coisas exteriores. É comparativamente fácil ter poucas coisas, e ficar satisfeito com elas; contentar-se com pouco e talvez partilhar esse pouco com outros. Mas uma mera expressão de simplicidade nas coisas, nas posses, certamente não implica simplicidade interior. Porque, no mundo actual, cada vez mais coisas nos estão a ser impostas, exteriormente. A vida está a tornar-se cada vez mais complexa. Para fugirmos a isso, tentamos renunciar ou não estar presos a elas — desde carros, casas, organizações, cinemas e inúmeras circunstâncias que temos de aceitar exteriormente. Pensamos que seremos simples pela renúncia. Já houve muitos santos, muitos instrutores que renunciaram ao mundo; e parece-me que tal renúncia da parte de alguns de nós não resolve o problema. A simplicidade fundamental, real, só pode surgir interiormente; e a partir daí há uma expressão exterior. Então, como ser simples é o problema; porque essa simplicidade torna a pessoa cada vez mais sensível. Uma mente sensível, um coração sensível, é essencial, porque então ela é capaz de percepção rápida, de rápida receptividade.

Só se pode ser interiormente simples, certamente, quando se compreendem os inúmeros impedimentos, apegos, medos, nos

quais se está aprisionado. Mas a maior parte de nós *gosta* de estar preso — a pessoas, a posses, a ideias. Gostamos de ser prisioneiros. Interiormente *estamos* prisioneiros, embora exteriormente pareçamos ser muito simples. Interiormente somos prisioneiros dos nossos desejos, das nossas necessidades, dos nossos ideais, de inúmeras motivações. A simplicidade não pode ser encontrada, a menos que se esteja interiormente livre. Ela tem, por isso, de começar de dentro e não exteriormente.

Há extraordinária liberdade quando se compreende todo o processo da crença, por que é que a mente está apegada à crença. Quando estamos livres de crenças, há simplicidade. Mas essa simplicidade requer inteligência, e para sermos inteligentes temos de ter o percebimento dos nossos próprios impedimentos. Para nos darmos conta deles, temos de estar constantemente vigilantes, sem nos prendermos a rotina alguma, a algum padrão de pensamento ou de acção. Afinal, o que somos interiormente afecta de facto o exterior. A sociedade, ou qualquer forma de acção, é a projecção de nós mesmos, e sem nos transformarmos interiormente a mera legislação tem muito pouco significado exteriormente; pode produzir certas reformas, certos ajustamentos, mas o que somos interiormente supera sempre o exterior. Se formos interiormente gananciosos, cheios de ambição, se formos influenciados por certos ideais, essa complexidade interior acaba eventualmente por subverter a sociedade exterior, por muito cuidadosamente que ela tenha sido planeada.

Assim, temos de começar dentro de nós, mas não de maneira exclusiva, rejeitando o exterior. Atingimos seguramente o interior, pela compreensão do exterior, percebendo por que o conflito, a luta, o sofrimento existem exteriormente. Investigando isso cada vez mais profundamente, chegamos naturalmente aos estados psicológicos que produzem os conflitos e os sofrimentos exteriores. A expressão exterior é apenas uma indicação do nosso estado interior. Mas para compreendermos o estado interior temos de o abordar a partir do exterior. Quase todos nós fazemos isso. Na compreensão do interior — não de maneira exclusiva, não rejeitando o exterior, mas compreendendo-o, e desse modo atingindo o interior — veremos que, quanto mais avançamos na investigação das complexidades do nosso ser, mais nos tornamos sensíveis e livres. É esta simplicidade interior que é essencial, porque esta simplicidade cria sensibilidade. A mente que não é sensível, que não está desperta, vigilante, é

incapaz de qualquer receptividade e acção criativa. O conformismo, como meio de nos tornarmos simples, torna de facto a mente e o coração embotados, insensíveis. Qualquer forma de compulsão autoritária, imposta pelos governos, por nós mesmos, pelo ideal de realização pessoal, etc. — qualquer forma de conformismo só leva à insensibilidade, por não sermos simples interiormente. Exteriormente, podemos ser conformistas e aparentar simplicidade, como tantas pessoas religiosas fazem. Praticam várias disciplinas, ingressam em organizações, meditam de várias maneiras, etc. — todas dando uma aparência de simplicidade, mas tal conformismo não leva à simplicidade. Pelo contrário, quanto mais se reprime, quanto mais se substitui, quanto mais se sublima, tanto menos simplicidade existe, mas quanto mais se compreende o processo de sublimação, de repressão, de substituição, tanto maior é a possibilidade de ser simples.

Os nossos problemas — sociais, ambientais, políticos, religiosos — são tão complexos que só somos capazes de os resolver sendo simples, e não tornando-nos extraordinariamente eruditos e intelectualmente hábeis. A pessoa simples vê muito mais directamente, tem uma experiência mais directa, do que a pessoa complicada. As nossas mentes estão tão cheias de enormes conhecimentos de factos e do que outros têm dito, que nos tornámos incapazes de ser simples e de termos experiência directa. Estes problemas precisam de ser abordados de maneira nova; e só podem ser abordados assim quando somos de facto interiormente simples. Essa simplicidade só pode vir pelo autoconhecimento, pela compreensão de nós mesmos, pela compreensão do nosso pensar e sentir; dos movimentos dos nossos pensamentos, das nossas reacções, de como o medo nos leva a ajustarmo-nos à opinião pública, ao que outros dizem, ao que Buda, o Cristo, os grandes santos terão dito — tudo isso mostra a nossa tendência natural para nos adaptarmos, para estarmos protegidos e em segurança. Quando uma pessoa procura segurança, está obviamente num estado de medo, e por isso não há simplicidade.

Se não somos simples, não podemos ser sensíveis — às árvores, aos pássaros, às montanhas, ao vento, a todas as coisas que acontecem à nossa volta, no mundo; se não somos simples, não podemos ser sensíveis às mensagens interiores das coisas. Quase todos vivemos muito superficialmente, no nível exterior da nossa consciência; aí tentamos ser sensatos ou inteligentes, o que é

sinónimo de ser «religioso»; aí tentamos tornar as nossas mentes simples, pela compulsão e pela disciplina. Mas isso não é simplicidade. Quando obrigamos a mente superficial a ser simples, essa compulsão só endurece a mente, em vez de a tornar flexível, clara, ágil. Ser simples no processo total da nossa consciência é muito difícil; porque não deve haver nenhuma reserva interior, tem de haver um interesse profundo para descobrir, para investigar o processo do nosso ser, o que significa estar desperto para cada mensagem, para cada aviso; darmo-nos conta dos nossos medos, das nossas esperanças, e investigar, ficando cada vez mais libertos deles. Só então, quando a mente e o coração são realmente simples, não envolvidos por uma crosta, seremos capazes de resolver os muitos problemas com que somos confrontados.

O conhecimento acumulado não vai resolver os nossos problemas. Podemos saber, por exemplo que a reincarnação existe, que há uma continuidade depois da morte. *Podemos* saber, não digo que sabemos; ou podemos estar convencidos disso. Mas isso não resolve o problema. A morte não pode ser adiada por uma teoria que temos, pela informação ou pela convicção. A morte é muito mais misteriosa, muito mais profunda, muito mais criadora do que isso.

Temos de ter capacidade para investigar todas estas coisas de maneira nova; porque só pela experiência directa os nossos problemas serão resolvidos, e para ter experiência directa tem de haver simplicidade, o que quer dizer que tem de haver sensibilidade. A mente fica sobrecarregada com o peso do conhecimento. Fica embotada pela influência do passado e do futuro. Só a mente que é capaz de se ajustar ao presente, constantemente, de momento a momento, é capaz de enfrentar as poderosas influências e pressões que o nosso ambiente a cada instante nos impõe.

Assim, um homem religioso não é realmente alguém que veste um hábito ou uma tanga, ou vive só com uma refeição por dia, ou que fez inúmeros votos de ser «isto» e não ser «aquilo». O homem religioso é aquele que é interiormente simples, que não está interessado em «vir a ser» alguma coisa. A sua mente é capaz de extraordinária receptividade, porque não há barreiras, não há medo, não há ir em direcção a alguma coisa; ela é portanto capaz de receber a graça, Deus, a Verdade ou como se lhe quiser chamar. Mas a mente

que está em busca da Realidade não é simples. A mente que se esforça a procurar a Realidade, a tentar achar a Realidade, a tactear, que está agitada, não é uma mente simples. A mente que se sujeita a qualquer padrão de autoridade, interior ou exterior, não pode ser sensível. E é só quando a mente é realmente sensível, vigilante, e percebe tudo o que se passa em si mesma, as reacções, os pensamentos, quando já não se interessa em «vir a ser», já não está mais a moldar-se para «ser» alguma coisa — só então é capaz de receber aquilo que é a Verdade. Só então pode haver felicidade, porque a felicidade não é um fim — é o resultado da realidade. Quando a mente e o coração se tiverem tornado simples, e portanto sensíveis — não por meio de qualquer forma de compulsão, de controlo, ou de imposição —, então veremos que os nossos problemas podem ser resolvidos de modo muito simples. Por muito complexos que os nossos problemas possam ser, seremos capazes de os abordar de modo novo e de vê-los diferentemente. É disso que precisamos na actualidade: pessoas que sejam capazes de enfrentar esta confusão, agitação e antagonismo exteriores, de maneira nova, criadoramente, com simplicidade — não com teorias ou fórmulas, quer da «esquerda», quer da «direita». *Não podemos* enfrentar tudo isso de maneira nova, se não formos simples.

Um problema só pode ser resolvido quando o abordamos com simplicidade. Não podemos abordá-lo de maneira nova se pensarmos nele em termos relativos a certos padrões de pensamento — religiosos, políticos, ou outros. Assim, temos de estar livres de todas estas coisas, para sermos simples. Por isso é tão importante estarmos atentos, ter a capacidade de compreender o processo do nosso próprio pensamento, de nos compreendermos a nós mesmos totalmente. A partir daí nasce uma simplicidade, uma humildade que não é uma «virtude» ou uma prática. A humildade que se conquista deixa de ser humildade. A mente que se obriga a ser humilde já não é uma mente humilde. Só quando se tem humildade — não uma humildade cultivada — se é capaz de encarar as grandes pressões da vida, porque então a pessoa não é importante e não olha as coisas através das suas próprias pressões e do sentimento da sua própria importância. Olha então o problema em si, e é assim capaz de o resolver.

Capítulo XII

O PERCEBIMENTO GLOBAL

CONHECER-NOS A NÓS MESMOS significa conhecer a nossa relação com o mundo — não só com o mundo das ideias e das pessoas, mas também com a natureza e com as coisas que possuímos. É essa a nossa vida — pois a vida é relação com o todo. Será que para compreender essa relação a especialização é necessária? Obviamente que não. O que é necessário é uma percepção global, para encarar a vida como um todo.

Como é que se tem essa percepção? Esse é o nosso problema. Como é que vamos ter essa consciência — se posso usar esta palavra sem lhe dar um sentido de especialização? Como é que uma pessoa pode ser capaz de encarar a vida como um todo? — o que quer dizer não só o relacionamento pessoal com o nosso semelhante, mas também com a natureza, com as coisas que possuímos, com as ideias, e com as coisas que a mente constrói como a ilusão, o desejo, etc. Como é que vamos ter consciência de todo este processo de relação? Trata-se certamente da nossa vida, não é assim? Não há vida sem relação; e compreender esta relação não significa isolarmo-nos. Pelo contrário, é necessário um total reconhecimento, uma percepção do processo total do relacionamento.

Como é que temos esse percebimento? Como é que temos o percebimento de alguma coisa? Como é que nos damos conta da nossa relação com uma pessoa? Como é que nos apercebemos das árvores, do canto de um pássaro? Como é que nos damos conta das nossas reacções quando lemos o jornal? Será que nos apercebemos das reacções superficiais da mente, e também das nossas reacções interiores? Como é que nos apercebemos de qualquer coisa? Primeiro apercebemo-nos de uma reacção a um estímulo, isso é um facto óbvio — vejo as árvores e há uma reacção, depois a sensação, o contacto, a identificação e o desejo. É o processo vulgar. Podemos observar o que está de facto a acontecer, sem estudarmos quaisquer livros.

Pela identificação temos o prazer e a dor. E a nossa «capacidade» é este interesse pelo prazer e o evitar da dor, não é assim? Se estamos interessados em alguma coisa, se ela nos dá prazer, há uma «capacidade» imediata; há imediatamente um percebimento desse facto; e se ela provoca dor é desenvolvida a «capacidade» para a evitar. Enquanto estivermos dependentes da «capacidade» para nos compreendermos a nós mesmos, penso que falharemos; porque a compreensão de nós mesmos não depende de capacidade alguma. Não é uma técnica que criamos, que cultivamos e vamos aumentando com o tempo, tornando-a constantemente mais perfeita. Este percebimento de nós mesmos pode ser posto à prova, seguramente, na acção do relacionamento; pode ser posto à prova no modo como falamos, no modo como procedemos. Observemo-nos sem identificação alguma, sem qualquer comparação, sem qualquer condenação; observemo-nos simplesmente e veremos acontecer uma coisa extraordinária. Não só acabámos com uma actividade que é inconsciente — porque a maior parte das nossas actividades são inconscientes —, não só se põe fim a essa actividade, mas também temos o percebimento dos motivos dessa acção, sem necessidade de pesquisar, ou de investigar.

Quando se tem esse percebimento, vemos todo o processo do nosso pensar e agir; mas isso só pode acontecer quando não o condenamos. Quando condeno uma coisa não a compreendo, e isso é um modo de evitar qualquer espécie de compreensão. Parece que a maioria de nós faz isso propositadamente; condenamos de imediato e pensamos que compreendemos. Se não o condenamos, se nos apercebemos disso, então o conteúdo, o significado dessa acção começa a revelar-se. Façamos essa experiência e veremos por nós mesmos. Apercebamo-nos apenas — sem qualquer sentido de justificação — o que pode parecer muito negativo, mas não é. Pelo contrário, tem essa qualidade de passividade que é acção directa; e descobriremos isso, se o experimentarmos. Afinal, se queremos compreender uma coisa, temos de estar numa atitude passiva, não é assim? Não podemos pensar continuadamente nela, especular sobre ela ou pô-la em causa. Temos de ser bastante sensíveis para receber o seu significado. É como ser uma chapa fotográfica sensível. Se quero compreendê-lo, a si, tenho de estar passivamente atento; então você começa a contar-me a sua história. Isso, sem dúvida, não é uma questão de capacidade ou especialização. Nesse

processo começamos a compreender-nos a nós mesmos — não só os níveis superficiais da nossa consciência, mas os mais profundos, o que é muito mais importante; porque aí estão todos os nossos motivos ou intenções, as nossas confusas necessidades ocultas, as ansiedades, os medos, os apetites. Exteriormente, podemos tê-los todos sob controlo, mas interiormente estão em ebulição. Até que eles tenham sido completamente compreendidos através do percebimento, obviamente não pode haver liberdade, não pode haver felicidade, não há inteligência.

Será a inteligência uma questão de especialização? — sendo a inteligência o percebimento total, holístico do nosso processo. E será que essa inteligência é para ser cultivada por meio de alguma forma de especialização? Porque é isso o que está a acontecer, não é assim? O sacerdote, o médico, o engenheiro, o industrial, o homem de negócios, o professor — temos a mentalidade de toda essa especialização.

Para compreender a mais alta forma de inteligência — que é a Verdade, que é Deus, que não podem ser descritos —, para compreender isso, pensamos que temos de tornar-nos especialistas. Estudamos, andamos às apalpadelas, pesquisamos; e com a mentalidade do especialista, esperando ser um especialista, estudamo-nos a nós próprios para desenvolver uma capacidade que nos ajudará a revelar os nossos conflitos, os nossos sofrimentos.

O nosso problema é: se nos damos realmente conta disso — se os conflitos, as angústias e os sofrimentos da nossa existência diária, podem ser resolvidos por outrem; e se não podem, como é possível para nós dar-lhes atenção? Compreender um problema requer obviamente uma certa inteligência, e essa inteligência não pode derivar, ou ser cultivada, por meio da especialização. Ela só surge quando estamos passivamente atentos a todo o processo da nossa consciência, o que quer dizer estarmos conscientes de nós mesmos, sem escolher o que está certo e o que está errado. Quando estamos passivamente vigilantes, veremos que dessa passividade — que não é indolência, que *não é* sono, mas extrema vigilância — o problema tem um significado totalmente diferente; o que quer dizer que não existe mais uma identificação com o problema, e portanto não há nenhum juízo de valor e a partir daí o problema começa a revelar o seu conteúdo. Se formos capazes de fazer isso constantemente, então todos os problemas podem ser resolvidos, fundamentalmente e não superficialmente.

É essa a dificuldade, porque quase todos nós somos incapazes de estar passivamente vigilantes, deixando o problema contar a história sem a interpretarmos. Não sabemos olhar um problema desapaixonadamente. Não somos capazes disso, infelizmente, porque desejamos que o problema nos dê um resultado, desejamos uma resposta, estamos à espera de um fim; ou tentamos traduzir o problema de acordo com o nosso prazer ou o nosso sofrimento; ou já temos uma resposta sobre como lidar com o problema.

Portanto, abordamos o problema que é sempre novo com o velho padrão. O desafio é sempre o *novo*, mas a nossa resposta é sempre o *velho*; e a nossa dificuldade é encarar o desafio adequadamente, isto é, de modo completo. O problema é sempre um problema de relação — com coisas, com pessoas ou com ideias; não há outro problema; e enfrentar o problema da relação, com as suas variadas exigências — para o enfrentar correctamente, adequadamente, temos de estar passivamente atentos.

Esta passividade não é uma questão de determinação, de vontade, de disciplina; apercebermo-nos de que *não* estamos passivos, é o começo. Estarmos conscientes de que desejamos uma determinada resposta a um determinado problema — isso é certamente o começo: conhecer-nos a nós mesmos em relação ao problema e como lidar com ele. Então, quando começamos a conhecer-nos em relação com o problema — como reagimos, quais são os nossos vários preconceitos, exigências, objectivos ao enfrentar esse problema — esta vigilância revelará o processo do nosso próprio pensamento, da nossa própria natureza interior; e nisso há uma libertação.

O que é importante, sem dúvida, é estar vigilante sem escolha, porque essa escolha produz conflito. Aquele que escolhe está em confusão, é por isso que escolhe; se ele não estiver confuso, não há escolha. Só a pessoa que está confusa escolhe o que fará ou não fará. A pessoa que é lúcida e simples não escolhe; *o que é*, é. Acção baseada numa ideia é evidentemente a acção da escolha e tal acção não é libertadora; pelo contrário, só cria mais resistência, mais conflito, de acordo com esse pensar condicionado.

O que é importante, portanto, é estar atento, de momento a momento, sem acumular a experiência que a vigilância traz consigo; porque no momento em que acumulamos, só estamos atentos de acordo com essa acumulação, de acordo com esse padrão,

de acordo com essa experiência. Isto é, a nossa vigilância é condicionada pela nossa acumulação e portanto já não há observação, mas apenas tradução. Onde existe tradução, há escolha, e a escolha cria conflito; e no conflito não pode haver compreensão.

A vida é um processo de relação, e para compreender essa relação, que não é estática, tem de haver um percebimento flexível, vigilantemente passivo, e não agressivamente activo. Como disse, este percebimento passivo não acontece por meio de qualquer forma de disciplina, por meio de qualquer prática. Consiste apenas em dar-nos conta, de momento a momento, do nosso pensar e sentir, não só quando estamos acordados; porque, como veremos, à medida que penetrarmos nisso mais profundamente, começamos a sonhar, a projectar toda a espécie de símbolos, que traduzimos como sonhos. Deste modo, abrimos a porta ao oculto, que se torna o conhecido; mas para encontrar o desconhecido, precisamos de ir para além da porta — e essa é certamente a nossa dificuldade. A Realidade não é algo que seja cognoscível pela mente, porque a mente resulta do conhecido, do passado. A mente precisa portanto de se compreender a si mesma, de compreender o seu funcionamento, a sua verdade, e só então é possível existir o Desconhecido.

Capítulo XIII

O DESEJO

PARA QUASE TODOS NÓS, o desejo é um verdadeiro problema: desejo de possuir coisas, desejo de posição, de poder, de conforto, de imortalidade, de continuidade, desejo de ser amado, de ter algo que seja permanente, que dê satisfação, que seja duradouro, alguma coisa que esteja para além do tempo.

Então o que é o desejo? Que coisa é essa que nos estimula e impele? Não estou a sugerir que deveríamos estar satisfeitos com o que temos ou com aquilo que somos, o que é somente o oposto daquilo que desejamos. Estamos a tentar compreender o desejo e se pudermos investigar isso por tentativas, hesitantemente, penso que criaremos uma transformação que não será apenas uma simples substituição de um objecto de desejo por outro objecto de desejo. Isto é geralmente o que entendemos por mudança, não é assim? Estando insatisfeitos com um determinado objecto de desejo, encontramos um substituto para ele. Estamos constantemente a passar de um objecto de desejo para outro que consideramos superior, mais nobre, mais refinado; contudo, por mais requintado que seja, desejo é sempre desejo, e neste movimento do desejo há uma luta interminável, o conflito dos opostos.

Não é, portanto, importante descobrir o que é o desejo e se ele pode ser transformado? Que é o desejo? Não será o símbolo e a sua respectiva sensação? Desejo é sensação ligada ao objecto que se quer alcançar. Haverá desejo sem um símbolo e a respectiva sensação? Evidentemente que não. O símbolo pode ser um retrato, uma pessoa, uma palavra, uma imagem, uma ideia que me dá uma sensação, que me faz sentir que gosto ou não gosto dela; se a sensação é agradável, então desejo alcançar, possuir, ficar apegado ao seu símbolo e continuar a ter esse prazer. De tempos a tempos, de acordo com as minhas inclinações e com a sua intensidade, mudo de imagem, de objecto. Se estou farto, aborrecido com uma forma de prazer, procuro uma nova sensação, uma ideia nova, um novo símbolo. Abandono a velha

sensação e adopto uma nova, com novas palavras, novos significados, novas experiências. Resisto à velha e cedo à nova, *quando a considero superior, mais nobre, mais satisfatória.* Há assim, no desejo, uma resistência e uma cedência, que implica tentação; e como é evidente ao ceder a um símbolo particular de desejo há sempre o medo da frustração.

Se observo todo o processo do desejo em mim mesmo, vejo que há sempre um objecto para o qual a minha mente se dirige, para ter novas sensações, e que neste processo estão envolvidas resistência, tentação e disciplina. Há percepção, sensação, contacto e desejo, e a mente torna-se o instrumento mecânico deste processo, no qual símbolos, palavras e objectos são o centro à volta do qual todos os desejos, todos os apetites e ambições são construídos; este centro é o «eu».

Será que sou capaz de dissolver esse centro de desejo — não um determinado desejo, um determinado apetite mas toda a estrutura de desejo, de anseio, de esperança, onde reside sempre o medo da frustração? Quanto mais me sinto frustrado, mais força dou ao «eu». Enquanto houver esperança, anseio, haverá sempre o fundo de medo, que mais uma vez, reforça esse centro. E a revolução psicológica só é possível nesse centro, e não à superfície, o que é apenas um processo de distracção, uma mudança superficial que leva à acção causadora de malefícios.

Quando me dou conta de toda esta estrutura do desejo, compreendo como a minha mente se torna um centro morto, um processo mecânico de memória. Estando farto de um desejo, desejo automaticamente preencher-me com outro desejo. A minha mente está sempre a experienciar em termos de sensação, ela é o instrumento da sensação. Quando me aborreço com uma determinada sensação, procuro uma nova, que pode ser aquilo a que chamo «Encontrar Deus»; mas é ainda sensação. Já estou saturado deste mundo e da sua penosa agitação, desejo paz, uma paz permanente; portanto medito, controlo e moldo a minha mente para experienciar essa paz. O experienciar dessa paz é ainda sensação. Assim, a minha mente é o instrumento mecânico da sensação, da memória, um centro morto a partir do qual actuo e penso. Os objectos que persigo são projecções da minha mente como símbolos, a partir dos quais a mente obtém sensações. A palavra «Deus», a palavra «amor», as palavras «comunismo», «democracia», «nacionalismo» — são todas símbolos que dão sensações

à mente, e portanto a mente apega-se a elas. Como sabemos, todas as sensações têm fim, e assim passamos de uma sensação para outra; e todas as sensações fortalecem o hábito de procurar mais sensações. A mente torna-se assim um instrumento de sensação e de memória, e ficamos apanhados nesse processo. Enquanto a mente estiver a procurar novas experiências, só poderá pensar em termos de sensação; e qualquer experiência que possa ser espontânea, criativa, vital, singularmente nova, é imediatamente reduzida à sensação e põe-se à procura dessa sensação, que então se torna memória. Portanto, a experiência está morta e a mente torna-se apenas reservatório estagnado do passado.

Se investigarmos tudo isto profundamente vemos que este processo nos é familiar; e parecemos incapazes de ir além dele. *Queremos* passar além, porque estamos cansados desta infindável rotina, desta procura mecânica de sensações; e assim a mente projecta a ideia da Verdade, de Deus; sonha com uma mudança vital em que desempenhe o papel principal, etc. Por isso, nunca há um estado criativo. Observo em mim mesmo este processo do desejo, este processo mecânico, repetitivo que prende a mente num processo de rotina e faz dela um centro morto do passado, sem espontaneidade criativa. Há também momentos súbitos de criação, daquilo que não pertence à mente, que nada tem a ver com a memória, nem com a sensação ou o desejo.

O nosso problema, portanto, é compreender o desejo — não até onde ele deve ir ou onde deve acabar, mas compreender todo o processo do desejo; das esperanças, dos ardentes apetites. Quase todos nós pensamos que ter poucas coisas indica libertação de desejo — e como veneramos os que têm poucas coisas! Uma tanga, um hábito de monge, simboliza o nosso desejo de estarmos libertos do desejo; mas é igualmente uma reacção muito superficial. Por que começamos no nível superficial abandonando as posses exteriores, quando a nossa mente está obstruída por inúmeros desejos, necessidades, crenças e lutas? É certamente *aí* que a revolução deve ter lugar e não no quanto possuímos ou que roupas vestimos ou quantas refeições fazemos. Mas ficamos impressionados por estas coisas, porque a nossa mente é muito superficial.

O vosso problema e o meu problema é ver se a mente poderá ficar liberta do desejo, da sensação. Certamente que a criação nada tem a ver com a sensação; a Realidade, Deus, ou como quisermos

chamar-lhe, não é um estado que possa ser experienciado como sensação. Quando temos uma experiência, que acontece? Ela deu-nos uma certa sensação, um sentimento de exaltação ou de depressão. Naturalmente, tentamos evitar o estado de depressão; mas se é uma alegria, um sentimento de exaltação, procuramo-lo. A nossa experiência produziu uma sensação agradável e queremos «mais», e esse «mais» fortalece o centro morto da mente, que está sempre a ansiar por novas experiências. Deste modo, a mente não é capaz de experienciar algo novo, é incapaz de experienciar uma coisa nova, porque a sua abordagem é sempre através da memória, do (re)conhecimento; e aquilo que é (re)conhecido pela memória não é a Verdade, a Criação, a Realidade. A mente assim não é capaz de experienciar a Realidade; só pode experienciar sensações e a Criação não é sensação, é algo sempre novo, de momento a momento.

Agora compreendo o estado da minha própria mente; vejo que ela é o instrumento da sensação e do desejo, ou melhor, que ela *é* sensação e desejo, e que ela está mecanicamente prisioneira da rotina. Uma mente assim é incapaz de receber ou de sentir o que é novo; porque o novo tem de ser, como é óbvio, algo que transcende a sensação, que é sempre o velho. Assim, este processo mecânico, com as suas sensações, tem de acabar. O desejo de «mais», a procura de símbolos, de palavras, de imagens, com as suas sensações — tudo isso tem de acabar. Só então é possível a mente estar naquele estado de criatividade em que o novo sempre pode surgir.

Se compreendermos isto, sem ficarmos hipnotizados por palavras, por hábitos, por ideias, e se pudermos ver quanto é importante deixar que o novo se manifeste constantemente na mente, então, talvez compreendamos o processo do desejo, da rotina, do tédio, da constante ânsia por experiência. Então, penso que começaremos a perceber que o desejo tem muito pouca significação na vida de uma pessoa que está realmente a procurar. É claro que há certas necessidades físicas: necessidade de alimento, de vestuário, de abrigo, etc. Mas elas nunca se tornam apetites psicológicos, coisas sobre as quais a mente se possa erigir como centro de desejo. Além das necessidades físicas, qualquer forma de desejo — de grandeza pessoal, de «verdade», de «virtude» — torna-se um processo psicológico pelo qual a mente constrói a ideia do «eu» e se fortalece nesse centro.

Quando compreendermos este processo, quando nos apercebermos realmente dele, sem oposição, sem qualquer resistência, sem o justificarmos ou julgarmos, descobriremos então que a mente é capaz de receber o novo, e que o novo nunca é sensação; nunca pode, portanto, ser (re)conhecido, (re)experienciado. É um «estado de ser» no qual a criatividade surge, sem ser convidada, sem memória. Isso é a Realidade.

Capítulo XIV

RELAÇÃO E ISOLAMENTO

A VIDA É EXPERIÊNCIA, experiência em relação. Não se pode viver no isolamento; a vida é, portanto, relação e relação é acção. E como podemos ter a capacidade para compreender a relação que é a vida? Não será que a relação significa não só comunhão com as pessoas, mas também intimidade com coisas e ideias?

Vida é relação, que se expressa no contacto com coisas, com pessoas e com ideias. Ao compreendermos a relação, teremos capacidade para enfrentar a vida completamente, de modo adequado. Assim, o nosso problema não é a capacidade — porque esta não é independente da relação — mas antes a compreensão da relação, que naturalmente produzirá a capacidade de rápida flexibilidade, rápido ajustamento, rápida resposta.

A relação é, certamente, o espelho no qual nos descobrimos a nós mesmos. Sem relações não existimos. Existir é estar em relação; estar em relação é existir. Só existimos em relação; de outro modo, não existimos, a existência nada significa. Não é porque *pensamos* que existimos que vimos a existir. Existimos porque estamos em relação e é a falta de compreensão da relação que causa conflito.

Ora, não há compreensão do relacionamento porque o usamos apenas como meio de promover uma realização, uma transformação, um «vir a ser». Mas a relação é um meio de autodescoberta, porque estar em relação é *ser*; é existência. Sem relação, não existo. Para me compreender a mim mesmo, tenho de compreender o relacionamento. O relacionamento é um espelho no qual me posso ver. Esse espelho ou pode deformar ou pode ser como «de facto é», reflectir aquilo que *é*. Mas quase todos nós vemos na relação, nesse espelho, coisas que *preferimos* ver; não vemos o que *é*. Preferimos idealizar, fugir, preferimos viver no futuro a compreender aquela relação no presente imediato.

Ora, se examinarmos a nossa vida, a nossa relação com os outros, veremos que ela é um processo de isolamento. Não estamos realmente interessados uns nos outros; embora falemos muito nisso, não estamos de facto interessados. Só estamos em relação com alguém enquanto essa relação nos agrada, enquanto ela nos dá um refúgio, enquanto ela nos satisfaz. Mas no momento em que há uma perturbação, o que produz desconforto em nós, abandonamos essa relação. Por outras palavras, só existe relacionamento enquanto estivermos satisfeitos. Isto pode parecer rude, mas se realmente examinarmos muito de perto a nossa vida, veremos que é um facto; e evitar um facto é viver na ignorância, o que nunca pode produzir um relacionamento correcto. Se examinarmos profundamente as nossas vidas, e observarmos o nosso relacionamento, veremos que ele é um processo de construir uma resistência contra o outro, uma barreira por cima da qual olhamos e observamos o outro; mas conservando sempre a barreira e ficando por detrás dela, seja ela uma barreira psicológica, uma barreira material, económica ou nacionalista. Enquanto vivermos nesse isolamento, por detrás de uma barreira, não existe relação com o outro; e vivemos fechados, porque é muito mais agradável e pensamos que assim é muito mais seguro. O mundo está tão fraccionado, há tanto sofrimento, guerra, destruição, infelicidade, que queremos fugir e viver dentro das barreiras de segurança do nosso próprio ser psicológico. Assim, a relação entre quase todos nós é realmente um processo de isolamento, e, como é evidente, uma tal relação constrói uma sociedade que é também criadora de isolamento. É isso exactamente o que está a acontecer por todo o mundo: permanecemos no nosso isolamento e estendemos a mão por cima da barreira, chamando a isso nacionalismo, fraternidade ou o que se quiser, mas, de facto, os governos soberanos, os exércitos, continuam. Ainda apegados às nossas próprias limitações, pensamos que podemos criar a unidade mundial, a paz no mundo — o que é impossível. Enquanto tivermos uma fronteira, nacional, económica, religiosa ou social, é um facto óbvio que não pode haver paz no mundo.

O processo de isolamento é um processo de procura de poder; quer se procure poder individualmente ou para um grupo racial ou nacional tem de haver isolamento, porque o próprio desejo de poder, de posição, é separatismo. Afinal, isso é o que

cada pessoa quer, não é? Deseja uma posição poderosa na qual possa dominar, seja no lar, no escritório ou num regime burocrático. Cada pessoa está à procura de poder e ao procurar o poder fundará uma sociedade baseada no poder, militar, industrial, económico, etc. — o que é também evidente.

O desejo de poder não será, pela sua própria natureza, causador de isolamento? Penso que é muito importante compreender isto, porque a pessoa que quer um mundo pacífico, um mundo em que não haja guerras, em que não haja destruição aterradora e infelicidade catastrófica numa escala imensurável tem de compreender esta questão fundamental, não é verdade? Uma pessoa afectuosa, benevolente, não tem espírito de poder e portanto não está ligada a uma nacionalidade, a bandeira alguma. Essa pessoa não tem bandeira.

Não existe isso de viver em isolamento — nenhum país, nenhum povo, nenhum indivíduo, pode viver em isolamento; no entanto, porque se procura poder, de tantas maneiras diferentes, as pessoas criam o isolamento. O nacionalista é uma praga, porque, com o seu espírito nacionalista, patriótico, está a criar uma muralha de isolamento. Está tão identificado com o seu país que levanta uma muralha contra outro país. Que acontece quando se constrói uma muralha contra alguma coisa? Essa coisa fica constantemente a chocar contra a muralha que se construiu. Quando se resiste a alguma coisa, a própria resistência indica que se está em conflito com ela. Assim, o nacionalismo, que é um processo de isolamento, que resulta da procura de poder, não pode criar paz no mundo. A pessoa que é nacionalista e fala de fraternidade está a mentir; está a viver num estado de contradição.

Será possível viver no mundo sem o desejo de poder, de posição, de autoridade? Evidentemente que é possível. Vivemos assim quando não nos identificamos com uma coisa «maior». A identificação com uma coisa «maior» — o partido, o país, a raça, a religião, Deus — é procura de poder. Porque em nós mesmos, estamos vazios, insensibilizados, fracos, gostamos de nos identificar com algo «maior». Esse desejo de identificação com uma coisa «maior» é o desejo de poder.

As relações são um processo de auto-revelação e, sem nos conhecermos a nós mesmos, as tendências da nossa mente e do nosso coração para estabelecer apenas uma ordem exterior, um sistema, uma fórmula habilidosa, têm muito pouco sentido. O que

é importante é compreender-nos a nós mesmos no relacionamento com o outro. Então, as relações tornam-se assim, não um processo de isolamento, mas um movimento no qual descobrimos os nossos próprios motivos, os nossos pensamentos, os nossos objectivos; e esta descoberta é o começo da libertação, o começo da transformação.

Capítulo XV

O PENSADOR E O PENSAMENTO

EM TODAS AS NOSSAS experiências, há sempre o experienciador, o observador, que está a acumular cada vez mais para si próprio, ou a negar-se a si mesmo. Não será isso um processo errado e não será uma procura que não produz o estado criador? Se é um processo errado, será possível abandoná-lo totalmente, e pô-lo de lado? Isso só é possível quando tenho a experiência, não como «pensador», mas quando me dou conta da falsidade do processo e compreendo que há apenas um estado no qual o pensador *é* o pensamento.

Enquanto estou a experienciar, enquanto estou no estado de «vir a ser», tem de haver esta acção dualista; tem de haver «o pensador» e «o pensamento», dois processos separados; não há integração, há sempre um centro que actua através da vontade de agir no sentido de ser ou de não ser — colectivamente, individualmente, nacionalisticamente, etc. É este o processo universal. Enquanto o processo estiver dividido em «o experienciador» e «a experiência» tem de haver deterioração. A integração só é possível quando o pensador já não é «o observador». Isto é, sabemos presentemente que existe «o pensador» e «o pensamento», «o observador», «o observado», «o experienciador» e «o experienciado»; há dois estados diferentes. O nosso esforço consiste em estabelecer uma ponte entre esses dois estados.

A acção da vontade é sempre dualista. Será possível ultrapassar esta vontade, que é separativa, e descobrir um estado no qual esta acção dualista não exista? Isso pode saber-se quando experiencio directamente esse estado em que o pensador *é* o pensamento. Pensamos agora que o pensamento está separado do pensador; mas será assim? Gostaríamos de pensar que está, porque então o pensador pode explicar questões por meio do seu pensamento. O esforço do pensador é vir a ser *mais* ou vir a ser *menos*; e, portanto, nessa luta, nessa acção da vontade, no «vir a ser» há sempre o factor da deterioração — estamos a seguir um falso processo, e não um processo verdadeiro.

Será que há uma divisão entre o pensador e o pensamento? Enquanto eles estiverem separados, divididos, o nosso esforço é inútil; estamos a seguir um processo falso que é destrutivo e que é factor de deterioração. Pensamos que o pensador está separado do seu pensamento. Quando me apercebo de que sou ganancioso, possessivo, brutal, penso que não deveria ser tudo isto. O pensador procura então alterar os seus pensamentos e portanto é feito um esforço para «tornar-se»; nesse processo de esforço ele vai atrás da falsa ilusão de que existem dois processos, ao passo que só há um processo. Penso que é aí que reside o factor fundamental de deterioração.

Será possível experienciar esse estado quando só há uma entidade e não dois processos separados, o experienciador e a experiência? Então, talvez saibamos o que é ser criativo, e qual é o estado em que nunca há deterioração, seja qual for a relação em que o homem possa encontrar-se.

«Sou ambicioso.» Eu e a ambição não somos dois estados; há só uma coisa e essa é ambição. Se me apercebo de que sou ambicioso, que acontece? Faço um esforço para não ser ambicioso, por razões sociais ou religiosas; esse esforço estará sempre dentro de um pequeno e limitado círculo. Posso talvez alargar o círculo, mas ele será sempre limitado. Portanto, o factor de deterioração está lá. Mas quando olho um pouco mais profunda e intimamente, percebo que aquele que faz o esforço é a causa da ambição, e ele é a própria ambição; percebo também que não há nenhum «eu» e a ambição existindo separadamente, mas que há apenas ambição. Se compreendo que sou ambicioso, que não há o observador que é a ambição, mas que eu próprio sou ambição, então, todo o nosso problema é inteiramente diferente; então, o nosso esforço já não é destrutivo.

Que faremos quando todo o nosso ser é ambição, quando, seja qual for a acção que se fizer, é ambição? Infelizmente, não pensamos de acordo com isso. Há o «eu», a entidade superior, o «soldado» que está a controlar, a dominar. Para mim, esse processo é destrutivo. É uma ilusão e sabemos por que procedemos assim. Divido-me a mim mesmo em «superior» e «inferior» para continuar. Se apenas há ambição, completamente, e não há um «eu» a agir sobre a ambição, mas se sou inteiramente ambição, então, que acontece? Sem dúvida que então há um processo completamente diferente em acção — e surge um problema

diferente. É esse problema que é criativo, no qual não há nenhum sentimento de «eu» a dominar, a «vir a ser» positiva ou negativamente. Temos de chegar a esse estado se queremos ser criativos. Nesse estado não há nenhuma entidade a fazer esforço. Não é uma questão de verbalização ou de tentar descobrir qual é esse estado: se formos por aí, perderemos, e nunca descobriremos. O que é importante é compreender que aquele que se esforça e o objecto para o qual ele está a esforçar-se são o mesmo. Isso requer uma compreensão enorme, vigilância para ver como a mente se divide a si própria em «superior» e «inferior» — o «superior» sendo a segurança, a entidade permanente — mas conservando ainda um processo de pensamento e portanto de tempo. Se formos capazes de compreender isto como uma experiência directa, então veremos que um factor completamente diferente aparece.

Capítulo XVI

PODE O PENSAR RESOLVER OS NOSSOS PROBLEMAS?

O PENSAMENTO NÃO RESOLVEU os nossos problemas, e julgo que nunca poderá resolvê-los. Temos confiado no intelecto para nos mostrar o modo de nos libertarmos das nossas inúmeras complicações. Quanto mais astucioso, quanto mais perverso, quanto mais subtil é o intelecto, tanto maior é a variedade de sistemas, de teorias, de ideias. E as ideias não resolvem nenhum dos nossos problemas humanos; nunca o fizeram e nunca o farão. A mente não é a solução; a acção do pensamento não é, evidentemente, a acção para sairmos das nossas dificuldades. Parece-me que deveríamos primeiro compreender este processo do pensar, e talvez então possamos ultrapassá-las — porque quando o pensamento cessar, talvez sejamos capazes de encontrar um modo de agir que nos ajude a resolver os nossos problemas, não só individuais mas também colectivos.

O pensar não resolveu os nossos problemas. Os mais hábeis intelectualmente, os filósofos, os eruditos, os líderes políticos não resolveram realmente nenhum dos nossos problemas humanos — que são a relação entre nós e o outro ser humano, entre vós e mim.

Até agora, temos usado a mente, o intelecto, para nos ajudar a investigar o problema, esperando desse modo encontrar uma solução.

Será que o pensamento é capaz de dissolver os nossos problemas? O pensamento — excepto quando realiza pesquisas científicas ou actividades técnicas — não estará sempre a autoproteger-se, a autoperpetuar-se, não estará condicionado? Não será egocêntrica a sua actividade? E poderá assim alguma vez resolver quaisquer problemas que o próprio pensamento criou? Será que a mente, que criou os problemas, poderá resolver aquelas coisas que ela mesma produziu?

Pensar é, certamente, uma reacção. Se eu vos faço uma pergunta, reagis a ela — de acordo com a vossa memória, com

os vossos pré-juízos, com a vossa educação, com o clima, com todo o fundo do vosso condicionamento; reagis e pensais de acordo com ele. O centro desse fundo é o «eu», no processo da acção. Enquanto esse fundo não for compreendido, enquanto esse processo de pensamento, esse «eu» que cria o problema, não for compreendido e não lhe pusermos fim, teremos inevitavelmente conflito, interior e exteriormente, no pensamento, na emoção, na acção. Nenhuma solução de qualquer espécie — por mais hábil que seja, por muito bem concebida que possa ser poderá alguma vez pôr fim ao conflito entre o homem e o homem, entre vós e mim. Compreendendo isto, dando-nos conta de como o pensamento brota e de que fonte brota, então perguntamos: «Será que o pensamento pode terminar?»

É esse um dos nossos problemas, não é assim? Pode o pensamento resolver os nossos problemas? Por pensar acerca de um problema alguma vez o resolvemos? Qualquer espécie de problema — económico, social, religioso — alguma vez foi realmente resolvido pelo pensar? Na vida diária, quanto mais pensamos num problema, tanto mais complexo, tanto mais insolúvel, tanto mais incerto ele se torna, não será assim, na nossa vida real de cada dia? Podemos, reflectindo sobre certas facetas do problema, ver mais lucidamente o ponto de vista de outra pessoa, mas o pensamento não pode compreender a totalidade do problema — pode apenas ver parcialmente, e uma resposta parcial não é uma resposta completa, não é portanto uma solução.

Quanto mais reflectimos sobre um problema, quanto mais o investigamos, o analisamos e o discutimos, tanto mais complexo ele se torna. Será possível, pois, olhar o problema globalmente, *como um todo?* Como é que isso é possível? Porque essa, parece-me, é a nossa maior dificuldade. Os nossos problemas estão a multiplicar-se — existe o iminente perigo de guerra, há toda a espécie de perturbações na nossa relação com os outros — e como poderemos compreender tudo isso abrangentemente, como um todo? É óbvio que isso só pode ser resolvido quando formos capazes de olhá-lo como um todo — não em compartimentos, não o dividindo. Quando é que isso é possível? Certamente só é possível quando o processo de pensar — que tem a sua origem no «eu», no fundo do condicionamento da tradição, do preconceito, de esperanças e desespero — chegar ao fim. Será que poderemos compreender este «eu», sem o analisarmos, mas

vendo-o como ele é, apercebendo-nos dele como um facto e não como uma teoria? — sem procurar dissolver o «eu» para alcançar um resultado, mas observando a actividade desse «eu», desse «ego», constantemente em acção? Seremos capazes de o *olhar*, sem qualquer movimento para o destruir ou fortalecer? É esse o problema, não é? Se, em cada um de nós, o centro do «eu» for não-existente, com o seu desejo de poder, de posição, de autoridade, de continuação, de autopreservação, seguramente que os nossos problemas chegarão ao fim!

O «eu» é um problema que o pensamento não é capaz de resolver. Tem de haver um percebimento que não é do pensamento. Aperceber-se, sem condenação ou justificação, das actividades do «eu» — aperceber-se apenas — é suficiente. Se estivermos vigilantes para descobrir *como* resolver o problema, para o transformar, para produzir um resultado, então estamos ainda dentro do campo do «eu». Enquanto estivermos a procurar um resultado, quer através da análise, através da vigilância, através de um constante exame de todos os pensamentos, estamos ainda dentro do campo do pensamento, o qual está dentro do campo do «eu», do «ego», como quisermos chamar-lhe. Enquanto a actividade da mente existir, é evidente que não pode haver Amor. Quando houver Amor, não teremos problemas sociais. Mas o Amor não é para ser adquirido. A mente pode procurar adquiri-lo, como um novo pensamento, um novo instrumento, um novo modo de pensar; mas a mente não é capaz de se encontrar num estado de Amor enquanto o pensamento estiver a procurar adquirir o Amor. Enquanto a mente estiver a procurar um estado de não-avidez, é ainda ávida. Do mesmo modo, enquanto a mente deseja e age para se encontrar num estado no qual exista Amor, é claro que estará a negar esse estado. Não é verdade?

Compreendendo este complexo problema de viver, e dando-nos conta do processo do nosso próprio pensamento e percebendo que ele realmente não leva a lado algum — quando percebemos isso, profundamente, então sem dúvida acontece um estado de *inteligência*, que não é individual nem colectivo. Então, o problema do relacionamento do indivíduo com a sociedade, do indivíduo com a comunidade, do indivíduo com a Realidade deixa de existir; porque então existe apenas *inteligência*, que não é pessoal nem impessoal. Só esta inteligência, sinto eu, pode resolver os nossos imensos problemas. A inteligência não

pode ser um resultado. Ela surge apenas quando compreendemos como um todo este processo de pensar, não só no nível consciente mas também nos níveis mais profundos e escondidos da consciência.

Para compreendermos qualquer destes problemas precisamos de ter uma mente muito silenciosa, muito tranquila, para que possa olhar o problema sem interpor ideias ou teorias, sem qualquer distracção. É essa uma das nossas dificuldades — porque o pensamento tornou-se uma distracção. Quando quero compreender, olhar alguma coisa, não tenho de pensar nela — *olho-a* apenas. No momento em que começo a pensar, a ter ideias, opiniões sobre ela, já estou num estado de distracção, afastando-me da coisa que quero compreender. Assim, o pensamento, quando temos um problema, torna-se uma distracção — sendo o pensamento uma ideia, uma opinião, um juízo, uma comparação — que nos impede de observar e portanto de compreender e de resolver o problema.

Infelizmente, para quase todos nós, o pensamento tornou-se demasiado importante. Diz-se: «Como posso eu existir, ser, sem *pensar? Como posso ter a mente vazia?*» Ter uma mente vazia é o mesmo que dizer estar num estado de idiotia, ou uma coisa parecida, e a nossa reacção instintiva é a de rejeitar isso. Mas, sem dúvida a mente que está muito serena, a mente que não está distraída pelo seu próprio pensamento, que está aberta, pode olhar o problema muito directamente e de modo muito simples. E é esta capacidade para olharmos os nossos problemas sem qualquer distracção que é a única solução possível. Para isso é preciso que a mente esteja muito serena, muito tranquila.

Uma mente assim não é um resultado, não é um produto final de um treino, da «meditação», do controlo. Ela não nasce de qualquer «disciplina», nem de constrangimento ou de sublimação; nasce sem qualquer esforço do «eu», do pensamento; nasce quando compreendo todo o processo de pensar — quando sou capaz de ver um facto sem qualquer distracção.

Nesse estado de tranquilidade da mente que está realmente silenciosa, há Amor. E só o Amor pode resolver todos os nossos problemas humanos.

Capítulo XVII

A FUNÇÃO DA MENTE

QUANDO OBSERVAMOS a nossa mente estamos a observar não só os chamados níveis superiores da mente mas também o inconsciente. É essa a única maneira em que é possível investigar. Não lhe vamos sobrepor o que ela *deveria* fazer, *como deveria* pensar ou agir, etc.; isso seria equivalente a fazer meras afirmações. Isto é, se dizemos que a mente deveria ser isto ou não deveria ser aquilo, então deixaremos totalmente de investigar ou de pensar; ou se citamos alguma autoridade eminente, deixamos igualmente de pensar, não é assim? Se citarmos Buda, Cristo, ou X, Y, Z, acaba-se toda a pesquisa, todo o pensar e toda a investigação. Temos pois de ter cuidado com tudo isso. Precisamos de pôr de lado toda as subtilezas da mente se queremos investigar juntos este problema do «eu».

Qual é a função da mente? Para o descobrirmos, temos de saber o que a mente está de facto a fazer. Que faz a nossa mente? Trata-se apenas de um processo de pensar, não é assim? De outro modo, a mente não existe. Enquanto a mente não está a pensar, consciente ou inconscientemente, não há consciência. Temos de descobrir o que a mente faz em relação aos nossos problemas — a mente que usamos na vida diária e também a mente da qual quase todos nós estamos inconscientes. Temos de observar a mente tal como ela é e não como «deveria» ser.

Então, que é a mente, tal como está a funcionar? Ela é de facto um processo de isolamento, não é verdade? Fundamentalmente é isso que é o processo do pensamento. Ele é pensar de uma forma isolada, porém permanecendo colectivo.

Quando observamos o nosso próprio pensar, vemos que ele é um processo isolado, fragmentário. Estamos a pensar de acordo com as nossas reacções, as reacções da nossa memória, da nossa experiência, dos nossos conhecimentos, da nossa crença. Estamos a reagir a tudo isso, não estamos? Se digo que tem de haver uma revolução fundamental, reagis imediatamente. Podeis pôr objec-

ções a essa palavra «revolução», se tiverdes interesses a defender, espirituais ou outros. Assim, a nossa reacção depende dos nossos conhecimentos, das nossas crenças, da nossa experiência. Isso é um facto evidente.

Há várias formas de reacção. Dizemos «Devo ser fraternal», «Devo cooperar», «Devo ser amigável», «Devo ser benevolente», etc. Que significa isso? São todas reacções; mas a reacção fundamental de pensar é um processo de isolamento. Estamos a observar o processo da nossa própria mente, cada um de nós, o que quer dizer a observar a nossa própria acção, crença, conhecimento, experiência. Todas estas coisas dão segurança, não é verdade? Dão segurança, dão força ao processo de pensar. Esse processo só fortalece a mente, o «eu», a mente, quer chamemos a esse «eu» superior ou inferior. Todas as nossas religiões, todas as nossas sanções sociais, todas as nossas leis são para proteger o indivíduo, o ego individual, a acção separativa; e em oposição a isso temos o estado totalitário. Se avançarmos mais profundamente no inconsciente, aí também encontraremos o mesmo processo em acção. Aí, somos o colectivo influenciado pelo ambiente, pelo clima, pela sociedade, pelo pai, pela mãe, pelo avô. Aí, mais uma vez, está o desejo de nos impormos, de dominarmos, como indivíduo, como «eu».

Não será a função da mente, tal como a conhecemos e como funcionamos diariamente, um processo de isolamento? E não será que estamos à procura da «salvação» individual? Vamos ser «alguém» no futuro; ou nesta mesma vida vamos ser um grande homem, um grande escritor. Toda a nossa tendência é para estarmos separados. Será que a mente é capaz de fazer alguma coisa além disso? Será possível a mente não pensar de modo separativo, egocêntrico, fragmentariamente? É impossível. E assim endeusamos a mente; a mente é de extraordinária importância. Não sabemos que no momento em que temos um pouco de habilidade, um pouco de vivacidade de espírito, e alguma informação e conhecimento acumulados, como nos tornamos importantes na sociedade? Sabemos como veneramos os que são intelectualmente mais capazes, os advogados, os professores, os oradores, os grandes escritores, os que sabem explicar e os comentadores! Cultivamos o intelecto e a mente.

A função da mente é existir separada; de outro modo, a mente não existe. Tendo cultivado este processo durante séculos, vemos que não podemos cooperar; só somos capazes de ser impelidos,

forçados, levados pela autoridade, pelo medo, económico ou religioso. Se este é o estado actual, não apenas conscientemente mas também a níveis mais profundos, nos nossos motivos, nas nossas intenções, nas nossas buscas, como pode haver cooperação? Como pode haver uma união inteligente para fazer alguma coisa? Como isso é quase impossível, as religiões e os partidos sociais organizados forçam o indivíduo a certas formas de «disciplina». A «disciplina», então, torna-se imperativa, se queremos unir-nos para cooperar.

Enquanto não compreendermos como transcender este pensar separativo, este processo de dar toda a importância ao «eu» e ao «meu», quer na forma colectiva ou individual, não teremos paz; teremos conflito e guerras constantes.

O nosso problema é como pôr fim ao processo separativo do pensamento. Será o pensamento alguma vez capaz de destruir o «eu», dado que o pensamento é um processo de verbalização e de reacção? O pensamento não é mais do que reacção; o pensamento não é criador. Será que tal pensamento é capaz de pôr fim a si próprio? É o que estamos a tentar descobrir. Quando penso «Devo disciplinar-me», «Devo pensar de maneira correcta», «Devo ser isto ou aquilo», o pensamento está a obrigar-se, a disciplinar-se para ser ou não ser alguma coisa. Não será isso um processo de isolamento? Não é, portanto, aquela *inteligência integrada* que funciona como um todo, da qual, e só dela, pode vir cooperação.

Como poderemos chegar então ao findar do pensamento? Ou, melhor, como poderá o pensamento, que é isolado, fragmentário e parcial, chegar ao fim? Como fazer isso? Poderá a chamada disciplina destruí-lo? É claro que não o conseguistes durante todos estes anos, de outro modo não estaríeis aqui. Examinemos então, esse processo «disciplinador», que é apenas um processo de pensamento, no qual há sujeição, repressão, controlo, domínio — tudo isso afectando o inconsciente, que mais tarde, quando nos tornarmos mais velhos quer afirmar-se. Depois de termos tentado, por tanto tempo, infrutiferamente, devemos ter reconhecido que a «disciplina» não é o processo capaz de destruir o «eu». O «eu» não pode ser destruído pela disciplina, porque essa disciplina é um processo de fortalecer o «eu». No entanto, todas as religiões a apoiam; todas as «meditações», todas as nossas afirmações a têm por base.

Será que o conhecimento acumulado destrói o «eu»? Será que a crença o destrói? Por outras palavras, será que qualquer das coisas que presentemente estamos a fazer, qualquer das actividades em que agora estamos empenhados para chegar à raiz do «eu», conseguirá fazê-lo? Não será que tudo isso é um desperdício fundamental, como parte de um processo de pensamento que é um processo de isolamento, de reacção? Que fazemos quando compreendemos profundamente que o pensamento não é capaz de pôr fim a si mesmo? Que acontece? Observemo-nos. Quando nos damos conta, completamente, deste facto, que acontece? Compreendemos que qualquer reacção é condicionada, e que por meio do condicionamento não pode haver liberdade, quer no princípio quer no fim — e a liberdade está sempre no começo e não no fim.

Quando compreendemos que qualquer reacção é uma forma de condicionamento que, portanto, dá continuidade ao «eu» de diferentes maneiras, que acontece realmente? Temos de ser muito lúcidos nesta matéria. A crença, os conhecimentos adquiridos, a disciplina, a experiência, todo o processo de alcançar um resultado ou um fim, a ambição de nos tornarmos algo nesta vida ou numa vida futura — todos são um processo de isolamento, um processo que traz destruição, infelicidade, guerras, do qual não existe qualquer fuga, através da acção colectiva, por muito que nos sintamos ameaçados com campos de concentração e tudo o resto. Estaremos nós conscientes desse facto? Qual é o estado da mente que diz «É assim», «Esse é o meu problema», «Essa é exactamente a minha situação», «Vejo o que os conhecimentos e a disciplina podem fazer, o que a ambição faz»? É evidente que se vemos tudo isso, há já um processo diferente em acção.

Vemos os caminhos do intelecto, mas não vemos o caminho do Amor. O caminho do Amor não pode ser encontrado através do intelecto. O intelecto, com todas as suas ramificações, com todos os seus desejos, ambições, buscas, tem de terminar, para que o Amor possa nascer. Não sabemos nós que quando amamos cooperamos, não estamos a pensar em nós mesmos? É esta a mais alta forma de inteligência — não quando «amamos» uma entidade «superior» ou quando estamos numa boa posição, o que nada é senão medo. Quando tivermos interesses a defender, não pode haver Amor; existe apenas um processo de exploração, nascido do medo. Assim, o Amor só pode surgir quando a mente

não está presente. Temos portanto de compreender todo o processo da mente, a função da mente.

Só quando sabemos amar-nos uns aos outros pode haver cooperação, podemos funcionar inteligentemente, podemos unir--nos para resolver qualquer questão. Só então é possível descobrir o que é Deus, o que é a Verdade. Mas agora, estamos a tentar encontrar a Verdade através do intelecto, através da imitação — o que quer dizer «idolatria». Só quando abandonarmos completamente, através da compreensão, toda a estrutura do «eu», poderá surgir o que é Eterno, Intemporal, Imensurável. Não podemos ir até ele; é ele que vem até nós.

Capítulo XVIII

A AUTO-ILUSÃO

VAMOS CONSIDERAR a questão da auto-ilusão, as ilusões a que a mente se entrega e cria para si própria e para os outros. Este assunto é muito sério, especialmente numa crise como a que o mundo atravessa. Mas para compreender todo este problema da auto-ilusão temos de o investigar não só a nível verbal, mas intrínseca, fundamental e profundamente.

Satisfazemo-nos facilmente com palavras e «contrapalavras», temos uma mentalidade mundana, e sendo assim tudo o que podemos fazer é esperar que alguma coisa aconteça. Constatamos que a explicação da guerra não põe fim à guerra — inúmeros historiadores, teólogos e pessoas religiosas explicam a guerra e *como* ela surge, mas as guerras continuam, cada vez mais destruidoras.

Aqueles de nós que são realmente sérios, *têm de passar além das palavras, têm de procurar essa revolução fundamental dentro de si mesmos*. É ela a única solução que pode criar uma redenção duradoura, fundamental, da humanidade.

Do mesmo modo, quando investigamos esta espécie de auto-ilusão, penso que temos de evitar quaisquer explicações e respostas superficiais; devemos não só escutar o que é dito, mas também examinar o problema tal como o conhecemos na vida diária; isto é, devemos observar-nos a nós mesmos no pensar e no agir, observar como afectamos os outros e como continuamos a agir, a partir de nós mesmos.

Qual é a razão, a base, da auto-ilusão? Quantos de nós se apercebem de que estamos a iludir-nos a nós mesmos? Antes de podermos responder à questão «Que é a auto-ilusão e como é que ela nasce?», não teremos de aperceber-nos de quando estamos a auto-iludir-nos? Saberemos que estamos a iludir-nos a nós mesmos? E o que queremos com estas ilusões? Penso que é muito importante sabê-lo, porque quanto mais nos iludimos a nós mesmos maior é a força da ilusão, porque ela nos dá uma

certa vitalidade e energia, uma certa capacidade para impormos aos outros essa ilusão. Assim, gradualmente, estamos não só a impor ilusões a nós mesmos, mas também a outros. É um processo recíproco de auto-ilusão. Será que nos apercebemos deste processo? Julgamos que somos capazes de pensar muito lucidamente, com objectivos definidos e de modo directo. Mas teremos a percepção de que neste processo de pensar há auto--ilusão?

Não será o próprio pensamento um processo de busca, de justificação, de segurança, de autoprotecção, um desejo de ter boa reputação, de ter posição, prestígio e poder? Neste *desejo de ser*, política ou religio-sociologicamente, não está a causa da auto-ilusão? No momento em que desejo algo diferente das necessidades puramente materiais, não faço nascer um estado que aceita facilmente as coisas? Vejamos, por exemplo, isto: muitos de nós estão interessados em saber o que acontece depois da morte; quanto mais idosos ficamos, mais interessados ficamos. Queremos saber a verdade a esse respeito. Como iremos encontrá-la? Certamente que não por meio de leituras ou de diferentes explicações.

Como a descobriremos? Primeiro, temos de libertar a nossa mente, por completo, de todos os factores que nos impedem o caminho — toda a esperança, todo o desejo de continuar, todo o desejo de saber o que está do outro lado. Porque a mente está sempre a procurar segurança, tem desejo de continuar, e a esperança de encontrar um meio de se satisfazer, numa existência futura. Essa mente, embora esteja a procurar a verdade da vida depois da morte — a reincarnação ou seja o que for, é incapaz de descobrir essa verdade, não é assim? O importante não é saber se a reincarnação é verdadeira ou não, mas como a mente procura, através da auto-ilusão, a justificação de um facto que pode ser, ou não ser, verdadeiro. O que é importante é a abordagem que se faz do problema, com que motivação, com que interesse, com que desejo a fazemos.

Aquele que procura está sempre a impor esta ilusão a si mesmo, ninguém pode impor-lha, é ele que o faz. Criamos a ilusão e então tornamo-nos seus escravos. O factor fundamental da auto--ilusão é este constante desejo de ser alguma coisa neste mundo e no outro. Sabemos o resultado de desejar ser alguma coisa neste mundo: a maior confusão, onde cada um está a competir com

outro, cada um a destruir o outro em nome da paz; conhecemos todo esse jogo que jogamos uns com os outros, que é uma forma extraordinária de auto-ilusão. De modo semelhante, desejamos segurança no outro mundo, uma posição.

Começamos assim a iludir-nos a nós mesmos no momento em que existe este impulso para ser, «vir a ser» ou atingir. É muito difícil a mente libertar-se disso. É um dos problemas básicos da nossa vida.

Será possível viver neste mundo e ser *nada*? Só então será possível libertarmo-nos de toda a ilusão, porque só então a mente não está a procurar um resultado, não está a procurar uma resposta satisfatória, a procurar qualquer justificação, não está a procurar segurança sob qualquer forma, em qualquer relacionamento, isso só acontece quando a mente compreende as possibilidades e subtilezas da ilusão e portanto, com compreensão, abandona toda a forma de justificação, de segurança — o que quer dizer que a mente é então capaz de ser completamente anónima, de ser *nada*. Isso é possível?

Enquanto nos estivermos iludindo sob qualquer forma, não pode haver Amor. Enquanto a mente for capaz de criar uma ilusão e de a impor a si mesma separa-se obviamente da compreensão colectiva ou integrada. É esta uma das nossas dificuldades: não sabemos cooperar. Tudo o que sabemos é tentar trabalhar juntos para um fim que projectamos. Só pode haver cooperação quando tu e eu não temos um projecto comum, criado pelo pensamento. O que é importante é compreender que a cooperação só é possível quando tu e eu não desejamos ser alguma coisa. Quando tu e eu desejamos ser alguma coisa, então a crença e tudo o mais tornam-se necessários — uma Utopia autoprojectada é necessária. Mas se tu e eu estamos a criar anonimamente, sem qualquer auto-ilusão, sem quaisquer barreiras de crenças e de conhecimentos, sem um desejo de estar seguro, há então verdadeira cooperação.

Será possível cooperarmos, estarmos juntos sem um fim em vista? Será que seremos capazes, tu e eu, de trabalhar juntos sem procurar um resultado? Isso é, sem dúvida, cooperação. Se tu e eu pensarmos, trabalharmos, planearmos um resultado e se estivermos a trabalhar juntos para esse resultado, qual é então o processo envolvido? Os nossos pensamentos, as nossas mentes intelectuais estão evidentemente a encontrar-se, mas, emocionalmente, o nosso ser total pode estar a resistir a isso, o que cria

ilusão, conflito entre ti e mim. É um facto evidente e observável na nossa vida diária. Tu e eu estamos de acordo intelectualmente em fazer uma parte do trabalho, mas inconscientemente, profundamente, tu e eu estamos a lutar um com o outro. Eu quero um resultado que me dará satisfação; quero dominar; quero o meu nome à frente do teu, embora pensemos que estamos a trabalhar juntos. Assim, ambos, que criámos esse plano, estamos de facto em oposição um ao outro, embora exteriormente tu e eu concordemos com o plano.

Não será importante descobrir se tu e eu somos capazes de cooperar, estar em comunhão, viver juntos num mundo onde tu e eu somos anónimos, somos *nada*; descobrir se tu e eu somos capazes de cooperar, não no nível superficial, mas fundamentalmente? É esse um dos nossos maiores problemas, talvez o maior. Eu identifico-me com um objectivo e tu identificas-te com o mesmo objectivo, ambos estamos interessados nele; ambos temos a intenção de o levar a bom termo. Este processo de pensar é muito superficial, porque pela identificação criamos separação — o que é muito claro na nossa vida diária. Tu és hindu e eu sou católico; todos pregamos a fraternidade, e estamos dispostos a matar-nos. Porquê? É esse um dos nossos problemas, não é assim? Inconsciente e profundamente tu tens as tuas crenças e eu tenho a minha. Ao falar de fraternidade, não resolvemos todo o problema das crenças, apenas teórica e intelectualmente é que estamos de acordo que isto deve ser assim; interiormente e profundamente, estamos um contra o outro.

Até resolvermos estas barreiras que são uma auto-ilusão, que nos dão uma certa vitalidade, não pode haver cooperação entre ti e mim. Através da identificação com um grupo, com uma determinada ideia, com um determinado país, nunca poderemos criar cooperação.

A crença não produz cooperação; pelo contrário, divide as pessoas. Vemos como um partido político está contra outro, cada um acreditando numa certa maneira de lidar com os problemas económicos, e assim estão todos em guerra uns com os outros. Não estão empenhados em resolver, por exemplo o problema da fome. Estão interessados em teorias que «vão resolver» esse problema. Não estão de facto empenhados no problema em si, mas no método pelo qual o problema será resolvido. Tem portanto de existir discórdia entre eles porque estão interessados na ideia e

não no problema. De modo semelhante, as pessoas religiosas estão umas contra as outras, embora verbalmente digam que têm todas uma vida e um só Deus; sabemos tudo isso. Interiormente as suas crenças, as suas opiniões, as suas experiências estão a destruí-las e a mantê-las separadas.

A experiência torna-se um factor separativo no nosso relacionamento humano; a experiência é um modo de nos iludirmos. Se eu experienciei alguma coisa, fico agarrado a ela, não investigo todo o problema do processo de experienciar, mas, porque tive a experiência, isso é suficiente e apego-me a isso; daí que imponho, através dessa experiência, a auto-ilusão.

A nossa dificuldade é que cada um de nós está tão identificado com uma forma particular ou com um método de produzir felicidade, bem-estar económico, que a nossa mente está presa por isso e somos incapazes de aprofundar o problema; desejamos, portanto, ficar individualmente alheados na nossa maneira de agir, nas crenças e experiências. Até que sejamos capazes de as dissolver, pela compreensão — não só no nível superficial, mas também no nível mais profundo. É por isso que é importante, para os que são realmente sérios, compreender todo este problema — o desejo de «vir a ser», de alcançar, de ganhar — não só ao nível superficial, mas fundamental e profundamente; de outro modo não pode haver paz no mundo.

A *Verdade não é para ser conquistada*. O Amor não pode chegar àqueles que têm um desejo de se apegar a ele, ou que gostam de se identificar com ele. Tanto o Amor como a Verdade, seguramente vêm quando a mente não procura, quando a mente está completamente serena, não mais criando movimentos e crenças dos quais possa depender, ou dos quais lhe venha uma certa força, o que é uma indicação de auto-ilusão. Só quando a mente compreende todo este processo do desejo, é *que ela pode estar tranquila*. Só então a mente não está em movimento para ser ou não ser; só então é possível um estado no qual não há qualquer espécie de ilusão.

Capítulo XIX

A ACTIVIDADE EGOCÊNTRICA

QUASE TODOS NÓS nos apercebemos de que todas as formas de persuasão, todas as espécies de estímulos nos têm sido oferecidas para resistir às actividades egocêntricas. As religiões, por meio de promessas, por meio do medo do inferno, através de todas as formas de condenação, têm tentado diferentes maneiras de dissuadir as pessoas desta constante actividade que nasce do centro do «eu». Como estas não deram resultado, as organizações políticas chamaram isso a seu cargo. E de novo tentaram persuadir as pessoas; aí residia a última esperança da utopia.

Todas as formas de legislação, das mais limitadas às mais extremas, incluindo campos de concentração, têm sido usadas e postas em vigor contra todas as formas de resistência. Apesar disso continuamos na nossa actividade egocêntrica — a única espécie de acção que parecemos conhecer. Se pensarmos de facto sobre isto tentamos modificar-nos; se damos conta dessa actividade, tentamos mudar essa tendência, mas fundamentalmente, profundamente, não há qualquer transformação, não há um findar radical dessa actividade. As pessoas sérias apercebem-se disto e também se apercebem de que só quando cessa essa actividade do centro, e só então, pode haver felicidade.

Quase todos nós não temos dúvidas de que a actividade egocêntrica é natural e que a acção que dela resulta, e que é inevitável, só pode ser modificada, moldada e controlada. Ora, aqueles que são um pouco mais sérios, mais reflectidos, e não digo sinceros — porque a «sinceridade» é o caminho da auto-ilusão —, têm de descobrir, dando-se conta deste extraordinário processo total da actividade egocêntrica, se poderemos transcendê-la.

Para compreendermos o que é esta actividade egocêntrica, obviamente temos de a examinar, de a olhar, temos de aperceber-nos do processo total. Se formos capazes de nos aperceber-

mos dela, há então a possibilidade de a dissolver; mas aperce-bermo-nos dela requer uma certa compreensão, uma certa intenção de a encarar como ela *é*, sem interpretar, sem modificar, sem a condenar. Temos de dar-nos conta do que estamos a fazer com toda a actividade que brota desse estado egocêntrico; temos de estar conscientes dela. Uma das nossas primeiras dificuldades é que no momento em que estamos conscientes dessa actividade, queremos moldá-la, controlá-la, queremos condená-la ou modificá-la, assim raramente somos capazes de a olhar directamente. E quando alguns de nós o fazem, muito poucos são capazes de saber o que fazer.

Compreendemos que essas actividades egocêntricas são prejudiciais, destrutivas, e que todas as formas de identificação — com um país, com um grupo determinado, com um desejo particular, a busca de um resultado nesta vida ou depois da morte, a glorificação de uma ideia, seguir um exemplo, cultivar a «virtude», etc. — são essencialmente a actividade de uma pessoa egocêntrica. Toda a nossa relação com a natureza, com as pessoas, com as ideias, é resultado dessa actividade. Sabendo isto, o que se há-de fazer? Toda essa actividade deve espontaneamente terminar — não de modo auto-imposto, não influenciado, não guiado por alguém.

Quase todos têm consciência de que esta actividade egocêntrica cria malefícios e caos, mas só estamos conscientes disso em certas direcções. Ou o observamos nos outros e ignoramos as nossas próprias actividades, ou, apercebendo-nos, na relação com os outros, da nossa própria actividade egocêntrica, queremos transformá-la, queremos encontrar um substituto, queremos transcendê-la. Antes de podermos lidar com ela, precisamos de saber como nasce este processo. Para compreendermos alguma coisa temos de ser capazes de a olhar; e para a olhar precisamos de conhecer as suas próprias actividades em diferentes níveis, tanto conscientes como inconscientes — as directivas conscientes e também os movimentos egocêntricos dos nossos motivos e intenções inconscientes.

Só estou consciente desta actividade do «eu» quando estou em oposição, quando a consciência é contrariada, quando o «eu» está desejoso de alcançar um resultado. Não é assim? Ou, então, estou consciente desse centro quando o prazer chega ao fim e desejo ter mais prazer; então, há resistência e um propositado moldar da mente para um fim determinado que me dará satis-

fação; apercebo-me de mim mesmo e das minhas actividades quando quero «vir a ser» virtuoso conscientemente. É evidente que uma pessoa que quer tornar-se «virtuosa» conscientemente não é virtuosa. Não podemos cultivar a humildade, e essa é a beleza da humildade.

Este processo egocêntrico é resultante do tempo. Enquanto este centro de actividade existe, em qualquer direcção, consciente ou inconsciente, há o movimento do tempo (psicológico) e eu estou consciente do passado e do presente, em conjunção com o futuro. A actividade egocêntrica do «eu» é um processo de tempo. É a memória que dá continuidade à actividade do centro, que é o «eu». Se nos observarmos a nós mesmos e nos apercebermos deste centro de actividade, veremos que ele é só o processo do tempo, da memória, de experienciar e traduzir todas as experiências de acordo com a memória; veremos também que essa actividade do «eu» é (re)conhecimento, o qual é igualmente um processo da mente.

Será que a mente será capaz de ficar liberta de tudo isto? Talvez seja possível em raros momentos; pode acontecer a quase todos nós quando realizamos um acto inconsciente, não intencional, sem um objectivo determinado. Mas será possível para a mente estar sempre completamente livre da actividade egocêntrica? É uma pergunta importante a fazer a nós mesmos porque nesse próprio perguntar, encontraremos a resposta. Se nos dermos conta do processo total desta actividade egocêntrica, conhecendo completamente as suas actividades nos vários níveis da nossa consciência, então teremos sem dúvida de perguntar a nós próprios se é possível essa actividade terminar. Será possível não pensar em termos de tempo, não pensar em termos do que serei, do que tenho sido, do que sou? Porque é de um tal pensamento que todo o processo da actividade egocêntrica começa; aí também se inicia a determinação de «vir a ser», a determinação de escolher e de evitar, que são todos um processo de tempo. E percebemos nesse processo infinitos malefícios, infelicidade, confusão, deformação, deterioração.

O processo do tempo não é revolucionário, seguramente. Neste processo não há transformação; só há continuidade e não tem fim — apenas há (re)conhecimento. Só quando temos o completo cessar do processo do tempo, da actividade do «eu», há uma revolução, uma transformação, o nascimento do *novo*.

Apercebendo-nos da totalidade deste processo do «eu» na sua actividade, que pode a mente fazer? Só com a renovação, só com uma revolução — e *não por meio da evolução*, não através do vir a ser do «eu», mas através do completo findar do «eu» é que o *novo* existe. O processo do tempo não pode trazer o novo; o tempo não é o modo de criar. Não sei se alguns de vós tivestes um momento de criatividade. Não estou a falar de pôr alguma visão em acção; quero referir-me àquele momento de criar, quando não existe (re)conhecimento. Nesse momento, há aquele estado extraordinário no qual o «eu», como uma actividade por meio do (re)conhecimento, cessou. Se nos apercebermos disso, veremos que nesse estado não existe um experienciador que se recorda, que traduz, que (re)conhece e depois identifica; não há nenhum processo de pensamento, o qual faz parte do tempo. Nesse estado de criação, de criatividade do *novo*, que é sem tempo, não existe nenhuma acção do «eu».

A nossa questão, seguramente é: será possível a mente encontrar-se neste estado, não em raros momentos — e eu preferia não usar as palavras «eternamente» ou «para sempre», porque isso implicaria tempo —, mas existir nesse estado sem relação com o tempo? Esta é seguramente uma descoberta a ser feita por cada um de nós, porque essa é a porta para o Amor; todas as outras portas são actividades do «eu». E onde existe acção do «eu», não há Amor. O Amor não tem nada a ver com o tempo. Não podemos «praticar» o Amor. Se o fizermos trata-se então de uma actividade autoconsciente do «eu», que espera, por meio desse «amar» obter um resultado. O Amor não pertence ao tempo; não podemos encontrá-lo por meio de qualquer esforço consciente, por meio de qualquer disciplina, por meio da identificação — tudo isto faz parte do processo do tempo. Como a mente só conhece o processo do tempo, não é capaz de reconhecer o Amor. Só o Amor é sempre novo. Uma vez que quase todos nós temos cultivado a mente, que é resultado do tempo, não sabemos o que é o Amor. Falamos sobre o Amor; dizemos que amamos as pessoas, que amamos os nossos filhos, a nossa esposa, o nosso vizinho, que amamos a natureza; mas no momento em que estamos conscientes de que amamos, a actividade egocêntrica surge; portanto deixa de ser Amor.

Este processo total da mente é para ser compreendido apenas através da relação — relação com a natureza, com as pessoas,

com todas as nossas projecções, com todas as coisas à nossa volta. A vida não é nada a não ser relação. Embora possamos tentar isolar-nos da relação, não podemos existir sem ela. Mesmo que a relação seja penosa, não podemos fugir, por meio do isolamento, tornando-nos um eremita, etc. Todos estes métodos são indicações da actividade do «eu».

Vendo todo este quadro, apercebendo-nos de todo o processo do tempo como consciência, sem qualquer escolha, sem qualquer intenção determinada, sem um objectivo, sem o desejo de qualquer resultado, constataremos que este processo de tempo chega ao fim automaticamente; de forma não induzida, não como um resultado do desejo. Só quando esse processo acaba é que há Amor, o qual é eternamente *novo*.

Não precisamos de procurar a Verdade. A Verdade não está longe. Ela é a verdade acerca da mente — a verdade acerca das suas actividades, de momento a momento. Se nos apercebemos da verdade deste momento-a-momento, deste processo do tempo no seu todo, esse percebimento liberta a consciência ou a energia que é inteligência, Amor. Enquanto a mente usa a consciência como actividade egocêntrica, o tempo tem de existir, com todas as suas tristezas, com todos os seus conflitos, aflições, os seus malefícios e as suas ilusões. Só quando a mente, compreendendo este processo total, cessa, é que pode surgir o Amor.

Capítulo XX

TEMPO E TRANSFORMAÇÃO

GOSTARIA DE FALAR um pouco sobre o que é o tempo, porque penso que o enriquecimento, a beleza, e o significado do que é intemporal, do que é verdadeiro só pode ser experienciado quando compreendemos o processo do tempo no seu todo. Afinal, estamos à procura, cada um à sua maneira, de um sentimento de felicidade, de enriquecimento.

Uma vida com significado, as riquezas da verdadeira felicidade, nada têm a ver com o tempo. Tal como o Amor, uma vida assim é intemporal; e para compreender o que é intemporal, não o devemos abordar por meio do tempo, mas sim compreender o tempo. Não devemos usar o tempo como meio de atingir, de compreender, de aprender o que é sem tempo. Isso é tentar agarrar o que intemporal, assim é importante compreender o que entendemos por tempo, porque penso que é possível estar liberto do tempo. É muito importante compreender o tempo como um todo e não parcialmente.

É interessante compreender que as nossas vidas são principalmente vividas *no* tempo — tempo, *não no sentido* de sequência cronológica, de minutos, dias e anos, mas no sentido de memória psicológica. Vivemos de tempo, somos resultado do tempo. As nossas mentes são produto de muitos ontens e o presente é meramente a passagem do passado para o futuro.

As nossas mentes, as nossas actividades, o nosso ser, estão fundados no tempo; sem o tempo não somos capazes de pensar; porque o pensamento resulta do tempo, o pensamento é produto de muitos ontens; e há duas espécies de tempo, o cronológico e o psicológico. Há o tempo como ontem, pelo relógio e como «ontem» pela memória. Não podemos rejeitar o tempo cronológico; seria absurdo — perderíamos o comboio.

Mas haverá realmente algum tempo separado do tempo cronológico? É evidente que há tempo como ontem, mas haverá tempo tal como a mente o pensa? Haverá tempo separado da

mente? O tempo psicológico é produto da mente. Sem a base do pensamento não existe tempo — sendo esse tempo apenas a memória de ontem em conjunto com hoje, o qual molda o amanhã. Isto é, a memória da experiência de ontem em resposta ao presente vai criar o futuro — o que é ainda o processo de pensamento, um caminho da mente.

O processo de pensamento cria o progresso psicológico no tempo, mas será que ele é real, tão real como o tempo cronológico? E será que podemos usar esse tempo que é da mente como meio para compreender o eterno, o intemporal? Como disse, a felicidade não é de ontem, a felicidade não é produto do tempo, a felicidade é sempre no presente um estado intemporal.

Não sei se notaram quando temos uma vivência de êxtase, uma alegria criadora, uma série de nuvens brilhantes cercadas de nuvens negras, nesse momento não há tempo: há apenas o presente imediato. A mente, entrando depois do experienciado no presente, lembra-se e deseja continuar, reunindo cada vez mais de si mesma criando assim o tempo. Assim, o tempo é criado pelo *mais*; o tempo é aquisição e o tempo é também desapego, que é ainda uma aquisição da mente. Portanto, disciplinar meramente a mente no tempo, condicionando o pensamento dentro da moldura do tempo, que é memória, não revela, seguramente, aquilo que é intemporal.

Será a transformação uma questão de tempo? Quase todos nós estamos acostumados a pensar que o tempo é necessário para a transformação: sou alguma coisa e mudar o que sou para «aquilo que eu deveria ser» requer tempo. «Sou ganancioso», com os respectivos resultados de confusão, antagonismo, conflitos e infelicidade; para criar a transformação, que é a não-ganância, pensamos que o tempo é necessário. Isto é, o tempo é considerado como meio de evoluir para algo «maior», para vir a ser alguma coisa. O problema é este: Uma pessoa é violenta, gananciosa, cheia de inveja, colérica, viciosa ou apaixonada. Para transformar o que *é*, será que o tempo é necessário? Antes de mais, por que é que queremos mudar o que *é*, ou produzir uma transformação? Porquê? Porque o que somos não nos satisfaz; cria conflito, perturbação e, descontentes com esse estado, queremos algo melhor, mais nobre, mais idealista. Assim, desejamos a transformação, porque existe dor, desconforto, conflito. Mas será o conflito ultrapassado pelo tempo? Se dizemos que será ultrapassado pelo

tempo, estamos ainda em conflito. Podemos dizer que levará vinte dias ou vinte anos para nos vermos livres do conflito, para mudar o que somos, mas durante esse tempo estamos ainda em conflito e, portanto, o tempo não produz transformação.

Quando usamos o tempo como meio de adquirir uma qualidade, uma «virtude» ou um estado de ser, estamos apenas a adiar ou a evitar o que *é*; e penso que é importante compreender este ponto. A ganância, ou a violência, causa dor, perturbação no mundo do nosso relacionamento com o outro, que é a sociedade; estando conscientes deste estado de perturbação, a que chamamos ganância ou violência, dizemos para nós mesmos «Vou sair disto, com o tempo. Vou praticar a não-violência, vou praticar não ser invejoso, vou praticar a paz». Ora, queremos praticar a não--violência porque a violência é um estado de perturbação, de conflito, e pensamos que com o tempo ficaremos não-violentos e ultrapassaremos o conflito.

Que está realmente a acontecer? Estando em conflito, queremos alcançar um estado em que não haja conflito. Mas será esse estado de não-conflito resultado do tempo, de uma duração? É claro que não; porque, enquanto estamos a alcançar um estado de não-violência, estamos ainda a ser violentos, estamos portanto ainda em conflito.

O nosso problema é: poderá um conflito, uma perturbação ser ultrapassada num período de tempo, quer de dias, de anos ou de vidas? Que acontece quando dizemos «Vou praticar a não--violência durante um certo período de tempo»? A própria prática indica que estamos em conflito, não é assim? Não a praticaríamos se não estivéssemos a resistir ao conflito; dizemos que a resistência ao conflito é necessária para vencer o conflito e para essa resistência precisamos de tempo. Mas a própria resistência ao conflito é ela própria uma forma de conflito. Estamos a gastar a nossa energia a resistir ao conflito na forma daquilo que chamamos avidez, inveja ou violência, mas a nossa mente está ainda em conflito, e assim é importante compreender a falsidade do processo de depender do tempo como meio de vencer a violência e por esse meio ficar livre desse processo. Então seremos capazes de ser o que somos: uma perturbação psicológica que é a própria violência.

Para compreender alguma coisa, qualquer problema humano ou científico, o que é importante, o que é essencial? Uma mente

serena, não é assim? Uma mente que esteja empenhada em compreender. Não é a mente que é exclusiva, que está a tentar concentrar-se — o que é também um esforço de resistência. Se de facto quero compreender alguma coisa há imediatamente um estado mental tranquilo. Quando queremos ouvir música ou olhar para um quadro de que gostamos muito, que apreciamos, qual é o estado da nossa mente? Há imediatamente uma tranquilidade, não há? Quando escutamos música, a nossa mente não está a divagar, está a *escutar*. Do mesmo modo, quando queremos compreender o conflito, já não estamos dependentes do tempo, estamos apenas a ser confrontados com *o que é*, o conflito. Então, imediatamente vem uma tranquilidade, a serenidade da mente. Quando já não dependemos do tempo como meio de transformar *o que é*, porque vemos a falsidade desse processo, então estamos frente a frente com *o que é*, e dado que estamos interessados em compreender *o que é*, naturalmente temos uma mente serena. Nesse estado mental vigilante e ao mesmo tempo passivo, há compreensão. Enquanto a mente está em conflito, censurando, resistindo, condenando, não pode haver compreensão. Se quero compreender-te, não devo condenar-te, evidentemente. É essa mente serena, essa mente tranquila que faz acontecer a transformação. Quando a mente já não está a resistir, a evitar, quando já não rejeita ou censura *o que é*, mas está simples e passivamente vigilante, então nessa passividade da mente, veremos, se realmente examinarmos o problema, que surge uma transformação.

A revolução só é possível *agora*, não no futuro; a regeneração é hoje, não amanhã. Se experimentarmos o que tenho estado a dizer, veremos que há regeneração *imediata*, um estado novo, uma qualidade de frescura; porque a mente está sempre serena quando está interessada, quando deseja ou tem a intenção de compreender. A dificuldade em relação a quase todos nós é que não temos a intenção de compreender, porque se compreendêssemos, isso poderia provocar uma acção revolucionária na nossa vida, e por isso resistimos. É o mecanismo de defesa que está em acção quando usamos o tempo ou um ideal como meio de transformação gradual.

Assim, a regeneração só é possível no presente, e não no futuro, não amanhã. A pessoa que confia no tempo como meio de alcançar a felicidade ou de conhecer a Verdade ou Deus, está apenas a iludir-se a si própria, está a viver na ignorância e,

portanto, em conflito. Uma pessoa que compreende que o tempo não é o caminho para sair das suas dificuldades e que está, portanto, livre do falso, essa pessoa tem naturalmente a intenção de compreender. A sua mente está, portanto, tranquila espontaneamente, sem compulsão, sem qualquer prática.

Quando a mente está tranquila, serena, sem procurar qualquer resposta ou qualquer solução sem resistir nem evitar — só então pode haver uma regeneração, porque então a mente é capaz de perceber o que é verdadeiro. E é a Verdade que liberta, não o esforço que fazemos para libertar-nos.

Capítulo XXI

ENERGIA CRIADORA E REALIZAÇÃO

APERCEBEMO-NOS DE QUE É necessária uma mudança radical na sociedade, nas nossas relações individuais, e de grupo; como é que pode ser realizada?

Se a nossa mudança for feita através da conformidade com um padrão projectado pela mente, através de um plano racional e bem estudado, então ela estará ainda dentro do campo da mente, e portanto o que a mente calcular torna-se o fim, a visão, pela qual estamos dispostos a sacrificar-nos a nós próprios e a outros. Se defendemos isso, então, segue-se que nós, como seres humanos, somos mera criação da mente, o que implica conformismo, compulsão, brutalidade, ditaduras, campos de concentração — tudo isso. Quando endeusamos a mente, tudo isso está implicado, não é assim? Se compreendo isto, se percebo a futilidade da disciplina, do controlo, se reconheço que as várias formas de repressão apenas fortalecem o «eu» e o «meu», então, que devo fazer?

Para considerar este problema de maneira completa, temos de investigar a questão de o que é a consciência. Pergunto-me se já reflectistes sobre isto vós mesmos ou se citais meramente o que as autoridades têm dito sobre a consciência? Não sei se compreendestes, a partir da vossa própria experiência, do estudo de vós mesmos, o que esta consciência implica — não só a consciência da actividade diária e dos seus objectivos, mas a consciência escondida, mais profunda, mais rica e muito mais difícil de atingir. Se queremos examinar esta questão de uma mudança fundamental em nós mesmos, e portanto no mundo, e nesta mudança despertar uma certa visão, um entusiasmo, um zelo, uma fé, uma esperança, uma certeza que nos dê o necessário ímpeto para a acção — se queremos compreender este problema não será necessário investigar esta questão da consciência?

Podemos observar o que queremos dizer por consciência no nível superficial da mente. Ela é, sem dúvida, o processo pen-

sante, o pensamento. O pensamento é o resultado da memória, a verbalização; é dar nome, registar e armazenar certas experiências, de modo a ser capaz de comunicar. Neste nível há também certas inibições, controlos, sanções, disciplinas. Tudo isso nos é bastante familiar. Quando vamos um pouco mais fundo, existem todas as acumulações da raça, os motivos ocultos, as ambições, pessoais e colectivas, os preconceitos que resultam da percepção, do contacto e do desejo. Esta consciência total, a oculta e a patente, está centrada à volta da ideia do «eu».

Quando investigamos como provocar uma mudança, queremos geralmente dizer no nível superficial, não é assim? Através da determinação, de conclusões, de crenças, de controlos, de inibições, lutamos para alcançar um fim superficial que desejamos, pelo qual ansiamos, e esperamos chegar lá com a ajuda do inconsciente, dos níveis mais profundos da mente; portanto pensamos que é necessário explorar as profundezas de nós mesmos. Mas existe um conflito permanente entre os níveis superficiais e os chamados níveis mais profundos — todos os psicólogos que têm cultivado o autoconhecimento estão completamente conscientes disso.

Será que este conflito interior produzirá uma mudança? Não será esta a mais fundamental e importante questão na nossa vida diária: como provocar uma mudança radical em nós mesmos? Será que a mera alteração no nível superficial a produzirá? Será que a compreensão das diferentes camadas da consciência, do «eu», a exploração do passado, das várias experiências da infância até agora, examinar em mim mesmo as experiências colectivas do meu pai, da minha mãe, dos meus antepassados, da minha raça, o condicionamento da sociedade particular em que vivo — será que a análise de tudo isso produzirá uma mudança que não seja um mero ajustamento?

Sinto, e certamente que vós também sentis, que é essencial uma mudança fundamental na vida de cada um — uma mudança que não seja uma simples reacção, que não seja o resultado do *stress* e da pressão das exigências ambientais.

Como podemos provocar uma tal mudança? A minha consciência é a soma total da experiência humana, mais o meu contacto particular com o presente; poderá isso criar uma mudança? Será que o estudo da minha própria consciência, das minhas actividades, a percepção dos meus pensamentos e senti-

mentos, o aquietar da mente para observar sem condenação, poderá esse processo provocar uma mudança? Será que pode haver mudança por meio da crença, pela identificação com uma imagem projectada, chamada o ideal? Será que tudo isto não implica um certo conflito entre o que sou e o que «deveria» ser? Será que o conflito provoca uma mudança fundamental? Estou numa batalha constante dentro de mim e com a sociedade, não estou? Há um conflito interminável entre o que sou e o que desejo ser. Poderá este conflito, esta luta, provocar uma mudança? Percebo que é essencial uma mudança; será que a posso provocar examinando todo o processo da minha consciência, lutando, disciplinando, praticando várias formas de repressão? Sinto que tal processo não pode provocar uma mudança radical. Disso devemos estar *completamente* certos. E se esse processo não pode provocar uma transformação fundamental, uma profunda transformação interior, então o que a provocará?

Como se pode produzir a verdadeira revolução? Qual é o poder, a energia criadora que provoca essa revolução e como libertar essa energia? Já experimentastes disciplinas, já experimentastes cultivar ideais e várias teorias especulativas: que sois Deus, e que se puderdes «realizar» o estado de divindade ou experienciar *Atman*, o Supremo, ou como quiserdes chamar-lhe, então essa mesma «realização» produzirá uma mudança fundamental. Produzirá? Primeiro postulais que existe uma Realidade da qual fazeis parte e construís à volta dela várias teorias e especulações, crenças, doutrinas, suposições, e viveis de acordo com elas; pensando e agindo de acordo com esse padrão, esperais provocar uma mudança fundamental. Provocareis?

Suponhamos que admitis, como a maioria das chamadas pessoas «religiosas», que existe em vós fundamentalmente, profundamente, a essência da Realidade e que, se através do cultivar da virtude, através de várias formas de disciplina, controlo, repressão, renúncia, sacrifício pudermos entrar em contacto com esta Realidade, então a requerida transformação acontecerá. Esta suposição não faz ainda parte do pensamento? Não será ela resultado de uma mente condicionada, uma mente que tem sido educada para pensar de certa maneira, de acordo com determinados padrões? Tendo criado a imagem, a ideia, a teoria, a crença, a esperança, contamos com estas coisas, por nós criadas, para provocar esta mudança radical.

Devemos, antes de mais, aperceber-nos das actividades subtis do «eu», da mente, temos de dar-nos conta das ideias, crenças, especulações, e pô-las de lado, porque são de facto ilusões, não é assim? Outros podem talvez ter experimentado a realidade, mas se *nós* não a experienciámos, qual é a vantagem de especular sobre isso ou de imaginar que somos, na essência, algo real, imortal, divino? Isso está ainda no campo do pensamento e tudo o que nasce do pensamento, é condicionado, é produto do tempo e da memória; portanto, não é real.

Se realmente compreendermos isso — não especulativamente, não imaginária ou insensatamente, mas se virmos a verdade de que a actividade da mente na sua pesquisa, no seu tactear filosófico, toda a suposição, toda a imaginação, ou esperança é apenas auto-ilusão — então qual é o poder, a *energia criadora* que produz toda esta transformação fundamental?

Talvez até aqui tenhamos usado a mente consciente; tenhamos seguido a argumentação, ou opondo-nos a ela ou aceitando-a, tenhamos compreendido claramente ou só vagamente. Ir mais adiante e experienciar mais profundamente requer uma mente silenciosa e desperta para descobrir, não é assim? Não se trata mais de ir atrás de ideias porque, se vamos atrás de uma ideia, há o pensador a seguir o que está a ser dito, e assim criamos imediatamente dualidade. Se queremos penetrar mais profundamente nesta matéria da transformação fundamental, não será necessário que a mente activa esteja quieta? Seguramente, só quando a mente está silenciosa é possível compreender a enorme dificuldade, as complexas implicações do pensador e do pensamento como dois processos separados, do experienciador e do experienciado, do observador e do observado.

A revolução, esta revolução psicológica e criativa na qual o «eu» não está presente, só vem quando o pensador e o pensamento são um só, quando não há dualidade, tal como o pensador a controlar o pensamento; e sugiro que só esta experiência liberta a *energia criadora* que por seu turno faz acontecer uma revolução fundamental, a quebra completa do «eu» psicológico.

Conhecemos o caminho do poder — poder pelo domínio, pela disciplina, poder através da compulsão. Através do poder político esperamos mudar fundamentalmente; mas tal poder apenas cria mais escuridão, desintegração, mal, fortalecimento do «eu». São-nos bem familiares as várias formas de aquisição, quer indivi-

dualmente quer como grupo. Mas nunca tentámos o caminho do Amor e nem mesmo sabemos o que ele significa. O Amor não é possível enquanto existir o pensador, o centro do «eu». Compreendendo tudo isto, o que temos de fazer?

Sem dúvida, a única coisa que pode produzir uma mudança fundamental, uma libertação psicológica criadora é a vigilância quotidiana, dar-nos conta, de momento a momento, dos nossos motivos, tanto os conscientes como os inconscientes. Quando compreendermos que disciplinas, crenças, ideais, apenas dão força ao «eu» e são por isso totalmente fúteis — apercebendo-nos disso, dia após dia, vendo a verdade disso, não chegamos nós ao ponto central, quando o pensador está constantemente a separar-se do seu pensamento, das suas observações, das suas experiências? Enquanto o pensador estiver separado do seu pensamento, que está a tentar dominar, não pode haver qualquer transformação fundamental. Enquanto o «eu» for o observador, aquele que acumula experiência e se fortalece pela experiência, não pode haver qualquer mudança radical, qualquer libertação criadora. Essa libertação criadora só vem quando o pensador *é* o pensamento — mas o intervalo não pode ser anulado por meio do esforço. Quando a mente compreende que qualquer especulação, qualquer verbalização, qualquer forma de pensamento apenas dá força ao «eu», quando ela vê que enquanto o pensador existir separado do pensamento tem de haver limitação, o conflito da dualidade — quando a mente compreende isso, então fica vigilante, apercebendo-se sempre de como se está a separar da experiência, a impor-se, à procura de poder. Nessa percepção, se a mente penetrar cada vez mais fundo, mais extensamente sem procurar um fim, um alvo, surge um estado em que o pensador e o pensamento são um só. Nesse estado não há esforço, não há «vir a ser», não há desejo de mudar; nesse estado o «eu» não existe, porque há uma transformação não criada pela mente.

Só quando a mente está vazia há uma possibilidade de criação; mas não me refiro a este vazio superficial que quase todos temos. Quase todos nós somos superficialmente vazios e isso mostra-se no nosso desejo de distracção. Queremos ser distraídos, assim voltamo-nos para os livros, para a rádio, corremos a ouvir conferências e autoridades; a mente está sempre a preencher-se. Não é desse vazio que é falta de reflexão que estou a falar. Pelo contrário, estou a falar do vazio que vem através de

uma extraordinária reflexão, quando a mente vê o seu próprio poder de criar ilusões e ultrapassa isso.

O vazio criador não é possível enquanto houver o pensador que está à espera, a vigiar, a observar para acumular experiência, para se fortalecer. Será que a mente se pode esvaziar de todos os símbolos, de todas as palavras, com as suas sensações, de modo a que não haja nenhum experienciador que esteja a acumular? Será possível a mente pôr *completamente* de lado todos os raciocínios, todas as experiências, imposições, autoridades, de modo a ter um estado de vazio? Não sereis capazes de responder a esta pergunta, naturalmente; é para vós uma pergunta impossível de responder, porque não sabeis, nunca testastes. Mas, se posso sugerir, escutai-a, deixai que a pergunta vos seja posta, deixai que a semente seja plantada e ela dará fruto se *realmente* a escutais, se lhe não resistis.

Só o *novo* é capaz de transformar, e não o *velho*. Se seguirmos o padrão do velho, qualquer alteração será uma continuidade modificada do *velho*; não há nada novo nisso, não há nada criador. O criador só pode nascer quando a própria mente é nova; e a mente só pode renovar-se quando é capaz de perceber todas as suas próprias actividades, não apenas no nível superficial, mas também em profundidade.

Quando a mente vê as suas próprias actividades, se apercebe dos seus próprios desejos, exigências, ansiedades, buscas, criação das suas próprias autoridades, medos; quando a mente observa em si mesma a resistência criada pela disciplina, pelo controlo, e a esperança que projecta crenças e ideais — quando a mente vê através de tudo isso, quando se dá conta de todo este processo, será que ela pode pôr de lado todas estas coisas e ser nova, criativamente vazia? Só descobrireis se pode, ou não pode, se fizerdes a experiência, sem ter uma opinião sobre ela, sem desejar experienciar esse estado criador. Se *desejais* experienciá-lo, experienciá-lo-eis; mas o que experienciais não é o vazio criador, é apenas uma projecção do desejo. Se desejais experienciar o novo, estais apenas a ceder à ilusão. Mas se começais a observar, a aperceber-vos das vossas próprias actividades, dia após dia, de momento a momento, vendo todo o processo de vós mesmos, como num espelho, então à medida que fordes cada vez mais fundo, chegareis à questão Última deste vazio, no qual, e só aí, pode existir o *novo*.

A Verdade, Deus, ou o que quisermos, não é algo para ser experienciado, porque o experienciador é resultante do tempo, da memória, do passado. E enquanto houver o experienciador não pode existir a Realidade. Só existe a Realidade quando a mente está completamente livre do analisador, do experienciador e do experienciado.

Então encontraremos a resposta, então veremos que a mudança vem sem ter sido pedida, que o estado de vazio criador não é algo para ser cultivado — ele surge, no escuro, sem qualquer convite; só nesse estado existe uma possibilidade de renovação, de um estado de ser *novo*, de revolução.

PERGUNTAS E RESPOSTAS

1

SOBRE A CRISE ACTUAL

Pergunta: O senhor afirma que não houve no passado nada parecido com a crise actual. De que maneira é esta crise excepcional?

Krishnamurti: É obvio que a crise que atinge presentemente o mundo é excepcional, não tem precedentes. Tem havido crises de vários tipos em diferentes períodos da história, crises sociais, nacionais, políticas. As crises vão e vêm; surgem recessões económicas, depressões, que são modificadas, tendo depois continuidade sob uma diferente forma. Isto sabemos; este processo é-nos familiar. Certamente que a crise actual é diferente, não é? É diferente porque estamos a lidar, não com dinheiro nem com bens materiais, mas com ideação. A crise é excepcional porque se passa dentro do campo do idealismo. Estamos em luta suportando-nos em ideias, e assim justificamos o assassínio; por toda a parte estamos a justificar a morte do outro como um meio para se atingir um fim «correcto», o que, em si mesmo, não tem qualquer precedente. No passado, o mal era reconhecido como mal, o homicídio como sendo apenas um homicídio, mas agora o matar alguém serve como meio para se atingir um resultado «nobre». O assassínio, seja ele praticado por um indivíduo, ou por um grupo de pessoas, é aceite porque o criminoso, ou o grupo que representa, justifica-o como um meio de se conseguir um resultado que será benéfico para a humanidade. Isto é, sacrificamos o presente em nome do futuro — não importando os meios utilizados desde que os nossos propósitos declarados sejam os de produzirem um resultado que, afirmamos nós, vai ser bom para os seres humanos. Assim, pretende-se que um meio errado seja a causa de um resultado positivo, e justificamos os meios errados através de uma ideia. Nas várias crises que aconteceram no passado, a motivação era a exploração de materiais ou do homem pelo homem; actualmente, a motivação é a utilização de ideias, o que é mais prejudicial, muito mais perigoso, porque a exploração de ideias é extre-

mamente devastadora e destruidora. Conhecemos presentemente o poder da propaganda, que é uma das maiores calamidades, ao usar ideias como meio para transformar o homem. É isto que está a acontecer no mundo hoje em dia. O homem não é importante — os sistemas, as ideias é que se tornaram importantes. O homem já não tem qualquer significado. Podemos destruir milhões de seres humanos desde que isso produza um resultado, sendo esse resultado justificado ideologicamente. Possuímos uma magnífica estrutura de ideias para justificar o mal e certamente isso não tem precedentes. Mal é mal; ele não pode gerar o bem. A guerra não é um meio para se chegar à paz. A guerra pode produzir benefícios secundários, como aviões mais eficientes, mas não trará paz aos homens. A guerra é intelectualmente justificada como um meio para se chegar à paz; quando o intelecto tem a primazia na existência humana, ele cria uma crise nunca antes vista.

Há também outras causas que indicam que a crise não tem paralelo no passado. Uma delas é a extraordinária importância que o homem concede aos valores dos sentidos, à propriedade, ao nome, à casta, ao país, ao emblema que se usa. Somos, ou maometanos, ou hindus, ou cristãos, ou comunistas. O nome e a propriedade, a casta e o país tornaram-se predominantemente importantes, o que significa que o ser humano está prisioneiro dos valores sensoriais, dos valores das coisas, sejam elas fabricadas pela mente ou pelas mãos. As coisas feitas pela mão humana ou pela mente tornaram-se tão importantes que, em nome delas, matamos, destruímos, assassinamos. Estamos a aproximar-nos da beira do precipício; cada acção nos aproxima mais dele, cada acção política ou económica nos conduz mais ao precipício, arrastando--nos para um caótico e confuso abismo. Portanto, como a crise não tem precedentes, precisa também ela de uma acção nova. Para sairmos da crise é precisa uma acção *sem tempo*, uma acção que não se baseie em ideias, em sistemas, porque qualquer acção que se suporte em sistemas e ideias inevitavelmente conduzirá à frustração. Uma tal acção levar-nos-á de volta ao abismo só que por um caminho diferente. Como a crise é nova, a acção também tem de ser nova, o que quer dizer que a regeneração do indivíduo tem de ser *instantânea*, e não um processo temporal. Tem de acontecer *agora*, não amanhã, porque o amanhã é um processo de desintegração. Se pensar que amanhã vou transformar--me, estou a convidar a confusão, estou ainda dentro do campo

da destruição. Será possível uma mudança *agora?* Será possível cada um transformar-se completamente no momento presente, agora? Digo que é possível.

A questão é que, como a crise tem um carácter excepcional, para nos confrontarmos com ela terá de haver uma revolução no campo do pensar; e esta revolução não pode acontecer por intermédio de outra pessoa, de qualquer livro, de qualquer organização. Ela terá de acontecer a partir de *cada um de nós*. Só então estaremos aptos a criar uma nova sociedade, uma nova estrutura longe do horror presente, longe destas poderosas forças destruidoras que se estão a acumular; e essa transformação será uma realidade somente quando cada um de nós, como indivíduo, começar a estar atento a si mesmo em cada pensamento, em cada acção, em cada sentir.

2

SOBRE O NACIONALISMO

Pergunta: O que surge quando desaparece o nacionalismo?

Krishnamurti: A inteligência, obviamente. Mas receio que não seja isto que está implícito na questão, mas sim qual pode ser o substituto do nacionalismo. Qualquer substituição é um acto que não tem a ver com inteligência. Se abandono uma religião e me ligo a outra, se deixo um partido político e me vou mais tarde juntar a algo do género, esta constante substituição indica um estado no qual não há qualquer inteligência.

O que é o nacionalismo? Sabemos o que ele é através da compreensão das suas implicações, examinando-o e percebendo o seu significado na acção interior ou exterior. No mundo exterior, o nacionalismo gera divisões entre os povos, classificações, guerras e destruição, o que é óbvio para quem esteja atento. Interiormente, psicologicamente, essa identificação com o «maior», com o país, com uma ideia é certamente uma forma de expansão do «eu». Viver numa pequena aldeia, numa grande vila ou onde quer que seja, faz-me sentir um zé-ninguém; mas se me identificar com o «maior», com o país, se me chamar a mim próprio hindu, isso agrada à minha vaidade, gratifica-me, prestigia-me, dá-me uma sensação de bem-estar; e essa identificação com o que está para além de mim, que é uma necessidade para aqueles que sentem que é essencial a expansão do «eu», também gera conflito, luta entre as pessoas. Portanto, o nacionalismo não cria apenas conflito mas também frustração interior; quando se percebe o que é o nacionalismo, todo o seu processo, ele cai por terra. A compreensão do nacionalismo faz-se através da inteligência, pela observação cuidadosa, pelo estudo aprofundado de todo o processo do nacionalismo, do patriotismo. Desse exame surge a inteligência, não havendo portanto qualquer substituição do nacionalismo. No momento em que substituímos o nacionalismo pela religião, a religião torna-se um outro meio de expansão do «eu», uma outra fonte de ansiedade psicológica, um modo de nos alimentarmos através de uma crença. Portanto,

qualquer forma de substituição, mesmo sendo «nobre», é uma forma de ignorância. É como um homem que substitui o tabaco pela pastilha elástica; se compreendemos realmente toda a questão do fumar, dos hábitos, das sensações, das exigências psicológicas e de tudo o resto, então o acto de fumar acaba. Só conseguimos essa compreensão quando há um desenvolvimento da inteligência, quando a inteligência está a funcionar, e a inteligência não está em acção quando há substituição do nacionalismo por outra coisa. A substituição é uma simples forma de auto-suborno, induzindo--nos a não fazer isto e a fazer aquilo. O nacionalismo, com o seu veneno, com a sua infelicidade e conflitos mundiais, só pode desaparecer quando há inteligência, e a inteligência não acontece por passarmos simplesmente nos exames ou por estudarmos em livros escolares. A inteligência surge quando há compreensão dos problemas logo que eles acontecem. Quando há compreensão do problema nos seus diversos níveis, não apenas da sua parte exterior mas também da parte interior, das suas implicações psicológicas, então nesse processo a inteligência torna-se realidade. Assim, quando há inteligência, não há substituição; quando há inteligência, o nacionalismo, o patriotismo, que é uma forma de imbecilidade, desaparece.

3

SOBRE OS GUIAS ESPIRITUAIS

Pergunta: O senhor diz que os gurus são desnecessários, mas como posso eu encontrar a Verdade sem a sábia ajuda e orientação que só um guru pode dar?

Krishnamurti: A questão é saber se o guru é necessário ou não. Pode a Verdade ser encontrada através de outra pessoa? Alguns afirmam que sim e outros que não. Queremos saber a verdade disto, não a minha opinião em oposição à opinião de alguém. Não tenho qualquer *opinião* nesta matéria. Tanto pode ser uma coisa, como outra. Se é essencial ter-se ou não um guru, isso não é uma questão de opinião. A verdade do assunto não está dependente da opinião, mesmo que esta seja profunda, erudita, popular, universal. A verdade desta questão é para ser descoberta com base em factos.

Primeiro que tudo, por que é que queremos um guru? Dizemos que queremos um guru porque estamos confusos e o guru vai ajudar-nos; ele dir-nos-á o que é a Verdade, ajudar-nos-á a compreender, ele sabe muito mais da vida do que nós, ele agirá como um pai, um professor que nos ensina a viver; ele tem uma vasta experiência e nós temos pouca; através da sua grande experiência ele irá ajudar-nos, e assim por diante. Isto é, basicamente nós procuramos um guia espiritual porque estamos em confusão. Se estivéssemos confiantes, não nos aproximaríamos de um guru. É óbvio que se estivéssemos profundamente felizes, sem problemas, com uma compreensão total da vida, não procuraríamos gurus. Espero que vejam a importância disto. Porque estamos confusos, vamos à procura de um mestre. Chegamos a ele para que nos dê um modo de viver, para que clarifique a nossa confusão, e a Verdade seja encontrada. Escolhemos um guru devido à nossa confusão, na esperança de que ele atenda o nosso pedido. Isto é, escolhemos um guru que satisfaça as nossas exigências; escolhemo-lo de acordo com a gratificação que ele nos dará e a nossa escolha depende dessa gratificação. Não escolhemos um guru que

nos diga: «Conte só consigo»; escolhemo-lo em conformidade com os nossos interesses. Assim, devido a escolhermos o nosso guru de acordo com a gratificação que ele nos dá, não estamos a procurar a Verdade mas sim um caminho para sair da confusão, e esse caminho para fora da confusão é confundido com a Verdade.

Examinemos primeiro essa ideia de que o guru pode limpar a nossa confusão. Pode alguém acabar com a nossa confusão, sendo esta produto das nossas reacções? Fomos nós que criámos essa confusão. Será que julgamos que *outro alguém* é que a criou — esta infelicidade, esta batalha em todos os níveis da existência, dentro e fora de cada um? É por não nos conhecermos a nós mesmos, os nossos conflitos, as nossas reacções, os nossos problemas, que procuramos gurus, que pensamos que eles nos irão ajudar a libertar-nos dessa confusão. Só nos podemos compreender a nós mesmos quando há uma relação com o presente; e essa relação, ela em si, é o *verdadeiro* guru, e não alguém que está fora de nós. Se eu não compreender essa relação, tudo o que um guru possa afirmar é inútil, porque se não percebo a minha relação com o ter, com as pessoas, com as ideias, quem é que pode resolver o conflito que está dentro de mim? Para solucionar esse conflito, tenho de me compreender a mim mesmo, quer dizer, tenho de estar atento a mim próprio na relação. Para estarmos atentos, nenhum guru é necessário. Se me conhecer, para que serve um guru? Dado que um líder político é escolhido por aqueles que estão confusos, sendo a sua escolha também confusa, leva a que, do mesmo modo, escolhamos gurus. Escolho um guru apenas de acordo com a minha confusão; portanto, ele, como no caso do líder político, também está em confusão.

O importante não é *quem está certo* — se sou eu que estou certo ou se são os outros que afirmam que os gurus são necessários; o que interessa é descobrirmos por que é tão importante precisarmos de gurus. Os gurus existem para explorarem os outros de vários modos, mas isso é irrelevante. Sentimos satisfação se alguém nos diz como vai o nosso progresso «espiritual», mas saber por que *precisamos* de um guru — aí reside a chave da questão. Outra pessoa pode apontar-nos o caminho, mas temos de ser nós a fazer todo o trabalho, mesmo que tenhamos um guru. E porque não queremos enfrentar isso, passamos a responsabilidade para o guru. O guru torna-se desnecessário quando há

uma pequena partícula de autoconhecimento. Nenhum guru, livro ou escritura sagrada, pode proporcionar autoconhecimento: este surge quando estamos atentos a nós mesmos na relação. Ser é estar em relação; não compreender a relação resulta em sofrimento, luta. Uma das causas da confusão é não estarmos conscientes da nossa relação com o *ter*. Se não conhecermos a nossa correcta relação com o *ter*, criamos conflito, o que vai aumentar o conflito na sociedade. Se não compreendermos a relação entre nós e a nossa mulher, entre nós e o nosso filho, como é que outro alguém pode resolver o conflito que resultou desse relacionamento? Do mesmo modo, isso se passa com as ideias, as crenças, etc.; se estivermos confusos na nossa relação com os outros, com as posses, com as ideias, vamos à procura de um guru. Cada um, individualmente, é a fonte de toda a incompreensão e confusão; e só podemos resolver esse conflito quando nos compreendemos no relacionamento.

Não podemos encontrar a Verdade através de quem quer que seja. Como poderia isso ser feito? A Verdade não é algo estático; não tem lugar fixo; não é um fim, um objectivo. Pelo contrário, é algo dinâmico, desperto, vivo. Como pode isso ser um fim a atingir? Se a Verdade é um ponto fixo, então não é a Verdade; é apenas uma mera opinião. A Verdade é o desconhecido, e a mente que procura, que busca a Verdade, nunca a encontrará, porque a mente é feita do conhecido, é o resultado do passado, do tempo — e isso podemos observar por nós mesmos. A mente é um instrumento do conhecido, daí ela não poder encontrar o desconhecido; ela apenas se pode mover do conhecido para o conhecido. A mente procura a Verdade, mas a «verdade» que ela leu nos livros, essa «verdade» é uma autoprojecção; ela está assim em perseguição do conhecido, de um conhecido mais satisfatório que o anterior. Quando a mente *procura* a Verdade, ela está à procura da sua própria autoprojecção, não da Verdade. Afinal, um ideal é algo autoprojectado; é uma ficção, não é real. O que é real é *o que é*, não o oposto. Mas uma mente que procura a Realidade, Deus, está à procura do conhecido. Quando pensamos em Deus, esse Deus é a projecção do nosso próprio pensamento, é o resultado de influências sociais. Só podemos pensar em termos do conhecido; não podemos pensar no desconhecido, não podemos concentrar-nos na Verdade. No momento em que pensamos no desconhecido, isso é puramente o conhecido

autoprojectado. A Verdade não pode ser pensada. Se pensarmos sobre ela, isso é falso. A Verdade não pode ser procurada: ela é que vem até nós. Só podemos ir em busca do que é conhecido. Quando a mente não é torturada pelo conhecido, pelos efeitos do conhecido, só então a Verdade se revela. A Verdade está em cada folha, em cada lágrima; é para se conhecer de momento a momento. Ninguém pode levar-nos até à Verdade; se alguém nos conduzir, só pode ser até ao conhecido.

A Verdade apenas pode chegar à mente que está vazia do conhecido. Ela chega se ocorrer um estado em que o conhecido está ausente, em que esse conhecido não está a funcionar. A mente é o armazém do conhecido, é o resíduo do conhecido; para que a mente esteja no estado apropriado para o desconhecido se manifestar, ela tem de estar ciente de si própria, das suas anteriores experiências, do consciente e do inconsciente, das suas respostas, reacções e estrutura. Quando há completo autoconhecimento, então acontece o cessar do conhecido, então a mente fica completamente vazia do conhecido. Só então a Verdade pode chegar até nós sem ser convidada. A Verdade *não* pertence a nenhum de nós. Não podemos adorá-la. No momento em que é conhecida, ela deixa de ser real. O símbolo não é real, a imagem não é real; mas quando há compreensão do «eu», da sua cessação, então a Eternidade acontece.

4

SOBRE O CONHECIMENTO ACUMULADO

Pergunta: Retiro convictamente das suas palavras que o esforço para aprender e o conhecimento acumulado são impedimentos. Eles são impedimentos em relação a quê?

Krishnamurti: Claro que o conhecimento acumulado e o esforço para aprender são impedimentos à compreensão do novo, do intemporal, do eterno. A prática de uma técnica perfeita não nos faz criativos. Podemos saber pintar maravilhosamente, podemos ter a técnica; apesar disso, podemos não ser pintores criativos. Podemos saber escrever poemas tecnicamente perfeitos, e não sermos poetas autênticos. Ser poeta implica ser-se capaz de receber o novo, ser-se suficientemente sensível na resposta a qualquer coisa nova, pura. Para a maior parte de nós, o conhecimento e o aprender coisas tornou-se um vício, e pensamos que através do conhecimento seremos criativos. A mente que está a abarrotar, revestida de factos memorizados, de conhecimentos — será ela capaz de receber algo novo, inesperado, espontâneo? Se a mente estiver repleta do conhecido, haverá nela espaço para receber algo que é de natureza desconhecida? Certamente que os conhecimentos são sempre do campo do conhecido; e com o conhecido tentamos compreender o desconhecido, que é algo que está para além de qualquer medição.

Reparemos, por exemplo, numa coisa que acontece à maioria de nós: aqueles que são religiosos — seja o que for que esta palavra queira dizer — tentam imaginar o que é Deus, ou tentam pensar acerca do que é Deus. Eles leram muitos livros, leram sobre as experiências dos vários santos, dos mestres, dos *mahatmas* e de outros, e tentam imaginar ou sentir o que foram as experiências dos outros; isto é, com o conhecido tentam aproximar-se do desconhecido. Podemos fazer isto? Será que podemos pensar sobre algo que não se pode conhecer? Só podemos pensar sobre o que conhecemos. Mas presentemente está a acontecer esta grande perversão no mundo: julgamos que compreen-

deremos Deus se tivermos mais informação, mais livros, mais dados, mais material impresso.

Para sermos tocados por algo que não é a projecção do conhecido, terá de haver a eliminação, através da compreensão, do processo do conhecido. Por que será que a mente se agarra sempre ao conhecido? Não será porque a mente está constantemente à procura de certezas, de segurança? A sua própria natureza está ancorada no conhecido, no tempo; como poderá uma tal mente, cujos alicerces estão assentes no passado e no tempo, experienciar o intemporal? Ela pode imaginar, formular, representar o desconhecido, mas tudo isso é um absurdo. O desconhecido só pode surgir quando o conhecido é compreendido, dissolvido, posto de parte. Isto é extremamente difícil, porque no momento em que temos uma experiência de qualquer coisa, a mente traduz isso em termos de conhecido, e passa a ser passado. Não sei se já repararam que cada experiência é imediatamente traduzida para o conhecido, dando-se-lhe nome, sendo classificada e registada. Portanto, o movimento do conhecido é conhecimento acumulado e obviamente esse conhecimento, essa aprendizagem *é* um obstáculo.

Suponhamos que nunca lemos um livro, religioso ou psicológico, e que tínhamos de encontrar o sentido, o significado da vida. Como faríamos? Suponhamos que não havia guias espirituais, organizações religiosas, Buda, Cristo, e nós teríamos de começar pelo princípio. Primeiro, teríamos de compreender o nosso processo de pensar, sem projectarmos os nossos pensamentos para o futuro, para não criarmos um Deus que nos agradasse. Assim, primeiro teríamos de entender o processo do nosso pensamento. Este é o único caminho para se descobrir algo novo.

Quando afirmamos que o esforço para aprender e os conhecimentos são impedimentos, obstáculos, não estamos a incluir o conhecimento tecnológico — como conduzir um automóvel, como trabalhar com máquinas — ou a eficiência que um tal conhecimento traz. Temos em mente algo completamente diferente: trata-se desse sentido de felicidade criativa que nenhum conhecimento acumulado ou aprendizagem consegue gerar. Sermos criativos, no verdadeiro sentido da palavra, é estarmos libertos do passado a todo o momento, porque é o passado que está continuamente a fazer sombra sobre o presente. O mero apego à informação, à experiência de outros, ao que alguém afirmou, mesmo «elevado», e tentarmos aproximar a nossa acção a isso

— não passa de mero conhecimento. Mas para descobrir algo novo é preciso começarmos por aquilo que somos; temos de iniciar uma caminhada completamente despojados, especialmente dos conhecimentos, porque é muito fácil, através dos conhecimentos e da crença, passarmos por experiências; mas essas experiências são simples produtos da autoprojecção e portanto totalmente irreais, falsas. Se vamos descobrir o novo por nós mesmos, não serve de nada carregarmos o fardo do que é velho, especialmente dos conhecimentos — dos conhecimentos transmitidos por alguém, mesmo que sejam «grandiosos». Usamos os conhecimentos como meio de autoprotecção, de segurança, e queremos estar bem seguros de que temos as mesmas experiências que se passaram com Buda, Cristo ou outro alguém. Mas o homem que se protege constantemente a si próprio usando os conhecimentos não é obviamente alguém que procura a Verdade.

Não há caminho para se descobrir a Verdade. Temos de entrar no mar desconhecido — o que não é perturbador, nem é aventureirismo. Quando queremos encontrar algo novo, quando estamos experienciando algo, a nossa mente tem de estar muito tranquila. Se a nossa mente está cheia, repleta de factos, de conhecimentos, isso actua como uma barreira contra o novo; a dificuldade, para a maioria de nós, está no facto de a mente se ter tornado muito importante, tão predominantemente importante, que interfere permanentemente com o que possa ser novo, com algo que pode existir em simultâneo com o conhecido. Assim, o conhecimento acumulado e o querer saber mais coisas são obstáculos para quem procura e tenta compreender aquilo que é intemporal.

5

SOBRE A DISCIPLINA

Pergunta: Todas as religiões têm insistido em algum tipo de autodisciplina para moderação dos instintos animais no homem. Através da autodisciplina, os santos e místicos afirmam que atingiram a natureza de Deus. No entanto, o senhor parece dar a entender que tais disciplinas são um impedimento à realização de Deus em nós. Estou confuso. Quem tem razão nesta matéria?

Krishnamurti: Não se trata de quem tem razão neste assunto. O que é importante é encontrar a verdade da matéria por nós mesmos — não de acordo com um santo particular ou com uma pessoa que acaba de chegar da Índia, ou de qualquer outro lugar, por mais exótico que seja.

Somos apanhados entre alguém que nos diz que temos de usar a disciplina e outro alguém que afirma que a disciplina não é necessária. Geralmente, o que acontece é que escolhemos o que nos é mais conveniente, o que nos satisfaz mais: gostamos de alguém, do seu aspecto, das suas idiossincrasias, da sua profundidade, etc. Colocando tudo isso de lado, examinaremos directamente esta questão da disciplina, para descobrirmos a verdade disso por nós mesmos. Muita coisa faz parte desta questão e temos de fazer uma abordagem muito cautelosa e por tentativas.

A maioria de nós deseja alguém com autoridade que nos diga o que devemos fazer. Procuramos uma direcção para a nossa conduta, porque o nosso instinto é estarmos seguros, não sofrer mais. Alguém afirma que atingiu a felicidade, a beatitude, ou outra coisa qualquer, e nós esperamos que essa pessoa nos indique o que fazer para chegarmos lá. É isso que nós queremos: desejamos a mesma felicidade, a mesma serenidade interior, a mesma alegria; e neste mundo louco e confuso queremos que alguém nos informe sobre o que fazer. Este é de facto o instinto básico que está connosco e, de acordo com esse instinto, nós padronizamos a nossa acção. Será que Deus, será que isso que é supremo, inominável e não mensurável por palavras poderá

chegar até nós por meio da disciplina ou da prática de um determinado padrão de acção? Queremos atingir um objectivo pessoal, um certo fim, e julgamos que através da prática, da disciplina, da supressão ou da libertação, da sublimação ou da substituição, seremos capazes de encontrar aquilo que procuramos.

O que é a disciplina? Por que nos disciplinamos, se é que o fazemos? Poderão a disciplina e a inteligência estar juntas? Muitas pessoas pensam que devemos, através de uma dada disciplina, subjugar ou controlar o animal, a maldade que há em nós. Será essa maldade, essa coisa feia, controlável pela disciplina? O que entendemos por disciplina? É o desenvolvimento de uma acção que promete uma recompensa, que nos dará o que desejamos — que pode ser positivo ou negativo; é um padrão de conduta que, sendo praticado diligentemente, com perseverança, com muita intensidade, me dará, no final, aquilo que ambiciono. Poderá ser penoso mas não me importo de passar por isso, para conseguir ter o que quero. O «eu», que é agressivo, egoísta, hipócrita, ansioso, receoso, que é a causa da bestialidade em nós, queremos que ele se transforme, que seja subjugado, destruído. Como é que isso vai ser feito? Será através da disciplina, ou através da compreensão inteligente do passado do «eu», do que é o «eu», de como ele se constrói? Destruiremos o animal bruto no homem através da força, ou através da inteligência? Será a inteligência algo que se possa disciplinar? Vamos, por agora, esquecer o que é que os santos e outros disseram; entremos na questão por nós próprios, como se fôssemos olhar para o problema pela primeira vez; talvez então consigamos ter algo criativo no final, sem nos ficarmos pelas citações do que os outros afirmaram, todas elas tão vãs e inúteis.

Primeiro, dizemos que há conflito em nós, o negro contra o branco, a ambição contra a não-ambição, etc. Sou ambicioso, o que gera dor psicológica; para me libertar da ambição, vou disciplinar-me. Isto é, tenho de resistir a toda a forma de conflito que me provoca dor, que neste caso denomino de ambição. E digo que é anti-social, não é ético, não é religioso — as várias razões sociais e religiosas que arranjamos para resistir. Será possível a ambição ser destruída ou afastada de nós pela força? Antes de tudo, examinaremos o processo implicado no recalcamento, na compulsão, no abandonar, no resistir. O que acontece

quando resistimos à ambição? O que é que resiste à ambição? Esta é a primeira questão, não é? Por que resistimos à cobiça e qual é a entidade que diz «Tenho de me libertar da cobiça?» A entidade que diz «Tenho de me libertar» é também ela cobiça, não é verdade? Antes, a cobiça trouxe benefícios, mas agora ela causa dor; assim, a pessoa diz «Tenho de me libertar dela». O motivo para nos libertarmos é ainda um processo de ambição, porque desejamos ser uma coisa que não somos. A não-ambição é agora proveitosa, portanto persigo a não-ambição; mas o motivo, a intenção é ainda *ser* algo, ser não-ambiciso — o que é decerto igualmente ambição; e isso é, mais uma vez, uma forma negativa de dar importância ao «eu».

Descobrimos que ser ambicioso é doloroso por variadas razões que são óbvias. Enquanto o ser-se ambicioso proporcionar prazer, gratificação, não há problema. A sociedade encoraja-nos, de diversas maneiras, a sermos ambiciosos; o mesmo fazem as religiões. Enquanto for proveitoso, enquanto não for doloroso, nós corremos atrás da cobiça, mas, no momento em que isso se torna penoso, passamos a oferecer resistência. Essa resistência é aquilo a que chamamos disciplina contra a cobiça, mas seremos nós capazes de nos libertarmos da cobiça através da resistência, da sublimação, da repressão psicológica? Qualquer acção levada a cabo pelo «eu» que deseja libertar-se da cobiça, é também cobiça. Portanto, qualquer acção, qualquer resposta da minha parte a respeito da cobiça não é obviamente a solução.

Primeiro que tudo, tenho de ter uma mente serena, imperturbável, capaz de compreender o que quer que seja, especialmente aquilo que não conheço, algo que a minha mente não pode atingir — que o senhor que faz a pergunta diz ser Deus. Para compreendermos as coisas ou qualquer problema intrincado — da vida ou do relacionamento, qualquer problema real — tem de haver uma serena profundidade na mente. Será que essa serena profundidade chega através de qualquer forma de compulsão? A mente superficial é capaz de se forçar a si própria, de fazer com que se tranquilize; mas certamente que uma tal tranquilidade é a tranquilidade da decadência, da morte. A mente não é capaz de adaptabilidade, de flexibilidade, de sensibilidade. Assim, a resistência não é solução.

Para vermos isso é necessária inteligência, não é? Vermos que a mente se torna embotada por meio da força é já o princípio da

inteligência, não é? — vermos que a disciplina é a simples conformidade a um padrão de acção motivada pelo medo. É isso que está implícito na disciplina que impomos a nós mesmos: temos medo de não conseguirmos o que desejamos. O que acontece quando disciplinamos a mente ou o nosso corpo? A mente torna-se dura, inflexível, lenta, não ajustável. Não conhecem pessoas que se disciplinaram a si próprias — se é que há tais pessoas? O resultado é obviamente um processo de decadência. Há um conflito interior que é posto de lado, escondido longe; mas ele está lá, a arder.

Vemos que a disciplina, que é resistência, cria um hábito e esse hábito obviamente não pode produzir inteligência: o hábito nunca é inteligência, a prática nunca é inteligência. Podemos ser muito habilidosos com os nossos dedos através da prática diária do piano ou fazermos alguma coisa especial com as mãos, mas é exigida inteligência para orientar as mãos, e nós estamos agora a investigar o que é essa inteligência.

Vemos alguém que consideramos feliz ou que se realizou fazendo certas coisas; nós, desejando essa felicidade, imitamos essa pessoa. Essa imitação chama-se disciplina. Imitamos para que venhamos a receber o que o outro tem; copiamos para sermos felizes, que é o que julgamos que o outro é. Será possível encontrar a felicidade através da disciplina? Através da prática de uma determinada regra, de uma certa disciplina, de uma maneira de conduta, seremos nós alguma vez livres? Claro que tem de haver liberdade para descobrir, não é verdade? Para descobrirmos alguma coisa, temos de ser livres interiormente, o que é óbvio. Seremos livres se moldarmos a nossa mente a um caminho particular a que chamamos disciplina? É obvio que não. Seremos apenas máquinas repetitivas resistindo de acordo com uma determinada conclusão ou com um certo modo de comportamento. A liberdade *não* surge através da disciplina. A liberdade apenas se manifesta quando há inteligência; e essa inteligência está acordada, ou está connosco, no momento em que vemos que qualquer forma de confusão impede a liberdade, tanto interior como exteriormente.

O primeiro requisito, não como disciplina, é obviamente a liberdade; apenas a virtude dá essa liberdade. Ambição é confusão; raiva é confusão, cinismo é confusão. Quando *vemos* estas coisas, é claro que não estamos livres delas; não resistimos a elas mas vemos que apenas *em liberdade* podemos descobrir. Descobriremos

que qualquer forma de compulsão não é liberdade, não havendo assim qualquer descoberta. O que a virtude faz é dar-nos liberdade. Uma pessoa sem virtude é uma pessoa confusa; em confusão, como podemos nós descobrir seja o que for? A virtude não é o produto final de uma disciplina; ela é liberdade, que só pode surgir através de qualquer acção que seja correcta, que seja verdadeira em si mesma. A dificuldade é que a maioria de nós lê muito, segue superficialmente muitas disciplinas — levantar-se todas as manhãs a certa hora, sentar-se numa certa postura, tentando encaminhar a mente de um certo modo — praticando, praticando, disciplinando--se, porque nos disseram que se fizermos essas coisas durante um certo número de anos chegaremos por fim a Deus. Posso estar a colocar as coisas de um modo «brusco» mas esta é a base do nosso pensamento. Claro que Deus não acontece tão facilmente como isso. Deus não é um mero produto de mercado: «Eu faço isto, e tu dás-me isso.»

A maior parte de nós está tão condicionada por influências exteriores, por doutrinas religiosas, por crenças e pela necessidade interior de chegar a qualquer coisa, de ganhar algo, que se torna muito difícil pensarmos neste problema como se fosse a primeira vez, sem pensarmos em termos de disciplina. Primeiro, temos de ver com clareza quais as implicações da disciplina, ver como ela estreita, limita e força a mente na direcção de uma certa acção impulsionada pelo nosso desejo; uma mente condicionada, embora «virtuosa», não pode possivelmente ser livre e portanto é incapaz de compreender a Realidade. Deus, Realidade ou o que quer que queiramos — o nome não interessa — apenas acontece quando há liberdade, e não há liberdade quando há compulsão, positiva ou negativa, através do medo. Não há qualquer liberdade se estamos buscando um fim, porque estamos amarrados a esse fim. Podemos estar libertos do passado mas o futuro segura-nos, e isso não é liberdade. Apenas em liberdade se pode descobrir: uma nova ideia, um novo sentir, uma nova percepção. Qualquer forma de disciplina que seja baseada na acção compulsiva impede a liberdade, seja política ou religiosa; e uma vez que a disciplina, que é conformidade a uma acção que tem um fim em vista, é aprisionadora, a mente nunca consegue ser livre. Ela pode apenas funcionar dentro desse sulco, como num disco de música.

Assim, através da prática, do hábito, do seguimento de um padrão, a mente só atinge aquilo que tem em vista. Portanto, ela

não é livre; não pode vivenciar aquilo que é imensurável. É preciso estarmos conscientes de todo este processo — por que é que estamos constantemente a disciplinar-nos de acordo com a opinião pública, de acordo com os santos; tudo o que diz respeito à obediência provocada pela opinião, venha esta de um santo ou de um vizinho, é a mesma coisa. Temos que nos dar conta de todo o conformismo que há nesta prática, nas várias e subtis *maneiras* de submissão, de recusa, de afirmação, de repressão, de sublimação; tudo isto tem a ver com conformismo em relação a um padrão — e esse apercebimento é já o início da liberdade, da qual nasce a virtude. A virtude não é o culto de uma determinada ideia. A não-cobiça, por exemplo, se é procurada como um fim, deixa de ser virtude, não é verdade? Isto é, se estivermos conscientes de que somos não-ambiciosos, será que somos virtuosos? E isso é o que estamos fazendo através da disciplina.

Disciplina, conformismo, prática apenas dão ênfase à autoconsciência como *sendo* alguma coisa. A mente pratica a não-ambição e portanto não se liberta da sua consciência de ser não-ambiciosa; assim *não é* realmente não-ambiciosa. Ela simplesmente vestiu uma nova capa a que chamou «não-ambição». Podemos ver o processo completo de tudo isso: a motivação, o desejo por um objectivo, a conformação com um padrão, o desejo de segurança ao seguir-se um padrão — tudo isto não passa de um movimento do conhecido para o conhecido, sempre dentro dos limites do processo auto-enclausurante da mente. Vermos tudo isso, termos a noção disso, é o princípio da inteligência, e a inteligência não é nem virtuosa nem não-virtuosa, ela não pode encaixar-se num padrão como sendo virtude ou não-virtude. A inteligência gera liberdade, que não é desregrada, que não é desordem. Sem essa inteligência não pode haver virtude; a virtude dá liberdade e em liberdade acontece a Realidade. Se vemos todo o processo, em toda a sua extensão, então veremos que não há conflito. É por estarmos em conflito e querermos fugir dele que recorremos a várias formas de disciplina, de recusa e de ajustamento. Quando vemos o que é o processo de conflito, deixa de haver a questão da disciplina porque desse modo compreendemos, de momento a momento, os caminhos do conflito; isso requer um estado de grande alerta, uma observação constante de nós mesmos; a parte curiosa disto é que, mesmo que não estejamos em observação todo o tempo, há um processo de gravação

a acontecer internamente, uma vez que a intenção está lá — a sensibilidade interior está sempre a receber a imagem, e assim o interior projectará essa imagem nos momentos em que estamos tranquilos.

Portanto, não se trata de uma questão de disciplina. A sensibilidade nunca pode existir por meio da força. Podemos forçar uma criança a fazer qualquer coisa, colocá-la num canto, e ela poderá manter-se quieta; mas por dentro ela está provavelmente em agitação, olhando para fora pela janela, a pensar em fazer algo para sair da situação. Isto é o que estamos ainda a fazer. Assim, a questão da disciplina e de quem está certo e de quem está errado só pode ser solucionada por nós mesmos.

Também estamos com medo de errar porque queremos ter sucesso. O medo está na origem do desejo de sermos disciplinados, mas o desconhecido não pode ser encarcerado na rede da disciplina. Pelo contrário, o desconhecido tem de ter liberdade e não pode subjugar-se ao padrão da nossa mente. É por isso que a tranquilidade da mente é essencial. Quando a mente está consciente de que está tranquila, deixa de estar tranquila; quando a mente está consciente de que é não-ambiciosa, de que está liberta da ambição, ela reconhece-se a si própria na nova roupagem da não-ambição, mas isso *não* é tranquilidade. É por isso que cada um tem de compreender o problema da pessoa que controla e daquilo que é controlado. As duas coisas não são fenómenos separados mas sim um fenómeno único: o controlador e o controlado são uma única coisa.

6

SOBRE A SOLIDÃO

Pergunta: Começo a aperceber-me de que estou em solidão. O que devo fazer?

Krishnamurti: O senhor quer saber por que sente solidão? Sabe o que significa solidão, e será que tem a percepção clara dessa solidão? Duvido muito; asfixiamo-nos com actividades, com livros, com relacionamentos, com ideias que de facto nos impedem de *conhecer* a solidão. O que queremos dizer com «solidão»? É uma sensação de vazio, de não ter nada, de estarmos extraordinariamente inseguros, sem ligação com o que quer que seja. Não é desespero, nem desânimo, mas é uma sensação de vazio e de frustração. Estou certo de que todos já sentimos isso, os felizes e os infelizes, os muito, muito activos e aqueles que estão viciados no conhecimento. Todos eles conhecem a solidão. É sentir uma dor real e sem fim, uma dor que não pode ser escondida embora tentemos ocultá-la.

Abordemos então este problema para vermos o que é que realmente acontece, para vermos o que fazemos quando nos sentimos em solidão. Tentamos fugir do sentimento de solidão, tentamos fazê-lo mergulhando num livro, ou seguindo um qualquer líder, ou vamos ao cinema, ou tornamo-nos socialmente muito activos, ou vamos a algum lado para adorarmos e rezarmos, ou pintamos, ou escrevemos um poema sobre a solidão. É isto que de facto acontece. Ao tornarmo-nos conscientes da solidão, da sua dor, do extraordinário e profundo medo que sentimos, vamos à procura e fugimos; essa fuga torna-se muito importante, e as nossas actividades, os nossos conhecimentos, os nossos deuses, os nossos rádios, tudo se torna importante, não é assim? Quando damos importância a valores secundários, estes conduzem-nos à infelicidade e ao caos; os valores secundários tornam-se inevitavelmente valores «sensatos», e a civilização moderna, que se baseia neles, proporciona a fuga — fuga através do emprego, da família, do nome, dos estudos, da pintura, etc.; toda

a nossa cultura se baseia nessa fuga. A nossa civilização está fundada na fuga, e isto é um facto.

Já alguma vez tentaram estar sós? Quando tentamos, sentimos como é extraordinariamente difícil e como temos de ser muito inteligentes para estarmos sós, porque a *mente não nos deixa estar sós*. A mente fica irrequieta, ocupa-se com fugas, então o que temos de fazer? Tentamos encher esse extraordinário vazio com o conhecido. Descobrimos como estar activos, como estar com os outros; sabemos o que estudar, como ligar o rádio. Enchemos aquilo que não conhecemos com coisas que conhecemos. Tentamos encher esse vazio com vários tipos de conhecimento, de relações, de coisas. Este é o nosso processo, esta é a nossa existência. Mas quando temos consciência do que estamos a fazer, será que ainda pensamos em encher esse vazio? Já tentámos encher esse vazio provocado pela solidão, por todos os meios. Será que tivemos êxito nesse preenchimento? Tentámos o cinema, e não resultou, depois fomos atrás dos nossos gurus, dos nossos livros, ou tornámo-nos muito activos socialmente. Será que tivemos sucesso nesse enchimento, ou simplesmente tapámos a solidão? Se apenas a tapámos, ela continua lá; portanto, ela voltará. Se vamos estar em fuga constante, ou nos fecham num asilo, ou nos tornamos muito, muito vulgares. Isto é o que está a acontecer no mundo.

Poderá esse vazio ser preenchido? No caso de não ser, será que podemos fugir dele, evitá-lo? Se já experienciámos e descobrimos que a fuga não tem valor algum, não serão as outras fugas também elas sem valor? Não interessa se o preenchimento do vazio é feito com isto ou aquilo. A chamada «meditação» é também um escape. Não vale a pena fazermos alterações na nossa maneira de fugir.

Como vamos descobrir o que fazer com a solidão? Só podemos saber o que fazer quando *pararmos* de fugir. Não será assim? Quando quisermos enfrentar *aquilo que é* — que significa não ligarmos o rádio, que significa que devemos voltar costas à civilização — então essa solidão chega ao fim porque ela se transformou completamente. Não mais é solidão. Se compreendermos *o que é*, então *o que é* é a realidade. É porque a mente está continuamente a evitar, a fugir, a recusar-se a ver *o que é*, que ela cria os seus próprios obstáculos. Dado que temos tantos obstáculos que nos impedem de ver, não compreendemos *o que é*, e portanto ficamos separados da realidade; todas estas dificul-

dades são criadas pela mente para não ver *aquilo que é*. Para vermos *aquilo que é* não apenas é precisa uma grande capacidade e percepção da acção mas também significa voltarmos costas a tudo o que construímos, à nossa conta bancária, ao nosso nome e a tudo o que chamamos civilização. Quando vemos *aquilo que é*, descobrimos como a solidão se transforma.

7

SOBRE O SOFRIMENTO

Pergunta: Qual é o significado da dor e do sofrimento?

Krishnamurti: Quando sofremos, quando sentimos dor, o que é que isso significa? A dor física tem um significado mas provavelmente estamos a referir-nos à dor e ao sofrimento psicológicos, o que tem um significado muito diferente a vários níveis. O que significa sofrer? Por que queremos encontrar o *significado* do sofrimento? Não quer dizer que não tenha nenhum significado — vamos descobrir isso. Mas por que *queremos* saber? Por que queremos descobrir a razão de sofrermos? Quando colocamos a nós mesmos a questão «Por que sofro?» e ficamos à procura da causa do sofrimento, não será que estamos a fugir ao sofrimento? Quando procuro o significado do sofrimento, não estarei a evitar, a escapar, a fugir desse sofrimento? O facto é: estou em sofrimento; mas no momento em que faço entrar a mente para actuar sobre o sofrimento e pergunto «Porquê?» já diluí a intensidade do sofrimento. Por outras palavras, queremos que o sofrimento se dissolva, seja aliviado, posto longe, seja explicado. Certamente que isso não proporciona uma compreensão do sofrimento. Se eu estiver liberto do desejo de fugir, então começo a compreender o que é o *conteúdo* do sofrimento.

O que é o sofrimento? Uma perturbação a vários níveis — no nível físico e em diferentes níveis do subconsciente. É uma forma aguda de perturbação de que não gosto. O meu filho morreu, por exemplo. Reuni à sua volta todas as minhas esperanças — ou à volta da minha filha ou do meu marido, de quem quisermos. Projectei nesse filho tudo o que eu queria que ele fosse e fiz dele a minha companhia. De repente, ele partiu. Há portanto uma perturbação, não é verdade? A essa perturbação chamo sofrimento.

Se não gostar desse sofrimento, então digo «Por que sofro?», «Amava-o tanto!», «Ele era assim», «Eu tinha-o». Tento fugir através de palavras, de rótulos, de crenças, como a maior parte de nós faz. Isso actua como um narcótico. Se eu não agir desse modo, o que acontecerá? Fico simplesmente atento ao sofrimento.

Não o condeno, não o justifico — estou a sofrer. Depois, posso seguir o seu movimento, todo o conteúdo do que ele significa — «sigo», no sentido de tentar compreender algo.

O que quer isto dizer? O que é que sofre? Não *por que* é que há sofrimento, não qual é a *causa* do sofrimento, mas sim o que é que está de facto a acontecer. Não sei se o senhor está a ver a diferença. Assim estou apenas com atenção ao sofrimento, não como estando separado dele, não sendo um observador olhando para o sofrimento — este faz parte de mim, é o todo, que eu sou, que sofre. E então serei capaz de seguir o seu movimento, ver para onde ele se dirige. Claro que se fizer deste modo, ele desvenda-se, não é verdade? E verei também que tinha dado mais importância ao «eu» — e não à pessoa que amo. Essa pessoa serviu para eu me cobrir com a minha própria infelicidade, solidão e desgraça. Como não sou ninguém, quis que o outro fosse alguém. Mas ele foi-se embora; fiquei eu, perdido, em solidão. Sem a outra pessoa, não sou nada. E choro. Não é por *ele* ter morrido mas por eu ter ficado abandonado. Estou só; chegar a este ponto é muito difícil. É muito difícil reconhecer apenas a situação e não dizer simplesmente «Estou só, e como é que vou ver-me livre desta solidão?», o que é outra forma de escape. É difícil estar consciente disso, *permanecer* com isso, ver o seu movimento. Este caso foi apresentado como um exemplo. Gradualmente, se eu deixar que o sofrimento se mostre, se abra, verei que estou a sofrer porque estou perdido; alguém me diz para dar atenção a algo que não quero ver; algo que me pressiona, algo que estou relutante em olhar e em compreender. Há muitas pessoas prontas a ajudar-me a fugir — milhares de pessoas chamadas religiosas, com as suas crenças e dogmas, esperanças e fantasias —, «É o *karma*, é a vontade de Deus», todas oferecendo-me um caminho para fugir. Mas se eu puder ficar com o problema e não o empurrar para longe, não tentar circunscrevê-lo ou evitá-lo, então o que acontecerá? Qual é o estado da minha mente quando está acompanhando o movimento do sofrimento?

Será o sofrimento uma simples palavra, ou é um facto? Se é um facto, e não apenas uma palavra, então a palavra «sofrimento» não tem agora significado, dado que simplesmente existe o sentir de uma dor intensa. Uma dor com ligação a quê? Com ligação a uma imagem, a uma experiência, a algo que temos ou não temos. Se tiver a ver com o que temos, chama-se-lhe prazer; se tiver a ver com o que não temos, é dor. Assim, dor e mágoa estão relacionadas

com algo. Isto é, quando o sofrimento psicológico existe, ele existe apenas em relação *a alguma coisa*. Ele não existe por si só — assim como o medo não pode existir por si só mas apenas em relação a outra coisa: em relação a uma pessoa, a um incidente, a um sentimento. Mas agora estamos atentos ao sofrimento. Será o sofrimento separado de mim; serei eu um simples observador que se apercebe do sofrimento, ou esse sofrimento *sou eu*?

Quando não há nenhum *observador* a sofrer, será o sofrimento diferente de mim? Nós *somos* o sofrimento, não é assim? Não estamos separados da dor — nós *somos* a dor. E o que acontece? Não há nenhuma rotulagem, não se lhe atribui um nome e desse modo não há que pô-la de lado — passamos a ser só a dor, o sentir, a presença de uma enorme mágoa. Quando somos isso, o que acontece? Quando não damos um nome, quando não há medo em relação ao sofrimento, estará o centro, o «eu» relacionado com o problema? Se o «eu» está ligado a isso, então há medo. Logo, o «eu», o centro vai actuar e fazer alguma coisa sobre isso. Mas se o centro *é* o sofrimento, então o que fazemos? Não há nada a fazer, não é verdade? Se *somos* isso, se não houver aceitação, categorização, se não se puser de lado — se *somos* essa coisa, o que acontece? Será que podemos dizer que estamos a sofrer? É certo que acontecerá uma mudança fundamental. Não mais existirá «Eu sofro», porque não há nenhum centro a sofrer, e o centro sofre porque não examinamos aquilo que o centro *é*. Vivemos com base em palavras, de reacção em reacção. Nunca dizemos: «Deixa-me ver o que é isso que sofre». Não podemos ver de uma maneira forçada ou através da disciplina. Temos de olhar com interesse, com compreensão espontânea. Então veremos que aquilo a que chamamos sofrimento, dor, aquilo que evitamos, a disciplina, tudo isso desapareceu. Se não tivermos qualquer relação com o sofrimento como algo exterior, o problema não existe; no momento em que estabeleço uma ligação com ele como estando fora de mim, o problema passa a existir. Enquanto eu tratar o sofrimento como algo exterior — sofro porque perdi o meu irmão, porque não tenho dinheiro, por isto ou por aquilo — estou a estabelecer uma relação com ele e essa relação é fictícia. Mas se eu for *essa coisa*, se eu percepcionar o facto, então todo o sofrimento se transforma, passa a ter um significado diferente. Então haverá uma atenção *completa, integrada*, e isso que é completamente percepcionado é compreendido e dissolvido; deixará de haver medo e portanto a palavra «sofrimento» desaparecerá.

8

SOBRE O PERCEBIMENTO GLOBAL

Pergunta: Qual é a diferença entre percebimento global e introspecção? E, no percebimento, quem está a aperceber-se?

Krishnamurti: Primeiro, examinemos o que queremos dizer por introspecção. Por introspecção queremos dizer «olhar para dentro de nós», «examinarmo-nos por dentro». Por que nos examinamos? Para nos melhorarmos, para mudarmos, para nos modificarmos. Praticamos a introspecção para nos tornarmos outra coisa, caso contrário não usaríamos a introspecção. Não nos examinaríamos se não houvesse o desejo de nos modificarmos, de nos mudarmos, de nos tornarmos diferentes daquilo que somos. Estas são razões óbvias para a introspecção. Sou colérico e faço introspecção, examino-me a mim próprio, tendo em vista livrar-me da cólera, ou modificá-la, ou transformá-la. Onde há introspecção, que é desejo de modificar ou mudar as reacções do «eu», há sempre um objectivo em vista; quando esse objectivo não é atingido, fica-se taciturno, deprimido. Portanto, a introspecção invariavelmente acompanha a depressão. Não sei se já repararam que quando fazemos introspecção, quando olhamos para nós próprios tendo em vista a nossa mudança, há sempre uma onda de depressão. Há sempre uma onda melancólica que temos de combater; temos de voltar a examinar-nos para podermos ultrapassar esse estado de espírito. A introspecção é um processo no qual não há qualquer libertação porque é um processo de transformar *o que é* em algo que não é. Obviamente que isto é exactamente o que acontece quando introspectamos, quando encontramos prazer nessa peculiar acção. Nessa acção há sempre um processo acumulativo, o «eu» examinando alguma coisa tendo em vista a sua mudança; assim há sempre um conflito dualista e portanto um processo de frustração. Nunca há libertação; a consequência da frustração é a depressão.

O percebimento global é completamente diferente. O percebimento global é observação sem condenação. Este percebimento

traz compreensão, porque não há nenhuma condenação ou identificação mas sim observação silenciosa. Se eu quiser compreender algo, terei de observar, de não criticar, de não condenar, de não perseguir isso como prazer ou como não-prazer. Deverá existir simplesmente a observação silenciosa de um facto. Não há qualquer fim em vista mas sim percebimento de tudo o que vai surgindo. A observação e a compreensão da observação cessam quando há condenação, identificação ou justificação. A introspecção é «auto-melhoramento» e portanto ela é centrada no «eu». O percebimento global não é automelhoramento. Pelo contrário, é a cessação do «eu» com todas as suas peculiares idiossincrasias, memórias, exigências e objectivos. Na introspecção há identificação e condenação. No percebimento, não há condenação nem identificação; portanto, não há auto-aperfeiçoamento. Há uma enorme diferença entre as duas coisas.

O homem que deseje aperfeiçoar-se a si mesmo nunca poderá aperceber-se da realidade porque o aperfeiçoamento implica condenação e atingir-se um resultado. Por outro lado, no percebimento global há observação sem condenação, sem rejeição ou aceitação. Este percebimento começa com as coisas do exterior, estar atento a elas, estar em contacto com elas, com a natureza. Primeiro, há atenção às coisas que têm a ver com o indivíduo, ser-se sensível aos objectos, à natureza, depois às pessoas, o que significa estar em relação; há ainda que dar atenção às ideias. Esta atenção sendo sensível às coisas, à natureza, às pessoas, às ideias, não é feita de processos separados, ela é um processo unitário. É uma observação constante de tudo, de cada pensamento, de cada sentimento e de cada acção quando surgem dentro de nós. Como a atenção não é condenatória, não há acumulação. Condenamos apenas quando temos uma norma padrão, o que significa que há acumulação e portanto aperfeiçoamento do «eu». A atenção serve para compreender as actividades do «eu» na sua relação com pessoas, ideias e coisas. Esta atenção acontece de momento a momento e assim ela não pode ser praticada. Quando praticamos alguma coisa, isso torna-se um hábito, e atenção não é hábito. A mente que tem hábitos é insensível, a mente que funciona dentro dos limites de uma determinada acção é embotada, inflexível, enquanto a atenção requer flexibilidade constante, vigilância. Isto não é difícil. É o que de facto fazemos quando estamos interessados em alguma coisa, quando estamos interessados em olhar o nosso filho, a nossa

mulher, as nossas plantas, as árvores, os pássaros. Observamos sem condenação, sem identificação; assim, nessa observação há uma comunhão total; o observador e o observado estão totalmente em comunhão. Isto acontece de facto quando estamos profundamente interessados em alguma coisa.

Portanto, na introspecção há uma enorme diferença entre atenção e aperfeiçoamento expansivo do «eu». A introspecção conduz à frustração, a mais e maior conflito; enquanto que a atenção é um processo de libertar a acção do «eu»; é estarmos atentos aos movimentos do nosso dia-a-dia, aos nossos pensamentos, às nossas acções, às outras pessoas, é observá-las. Só podemos fazer isto quando amamos alguém, quando estamos profundamente interessados em alguma coisa; quando quero conhecer-me a mim mesmo, todo o meu ser, todo o meu conteúdo e não apenas um ou dois níveis, não deverá haver qualquer condenação. Nessa altura, terei de estar aberto a cada pensamento, a cada sentir, a cada tristeza, a cada repressão; como vai acontecendo mais e mais atenção expansiva, passa a existir uma libertação cada vez maior de todos os pensamentos ocultos, motivos e procuras. A atenção produz liberdade, *é* liberdade, enquanto que a introspecção cultiva o conflito, o auto-enclausuramento; portanto, há sempre frustração e medo na introspecção.

O senhor que faz a pergunta também quer saber *quem*, na atenção, está atento. Quando temos uma profunda experiência de alguma coisa, o que é que acontece? Quando há uma tal experiência será que nos damos conta de que estamos a experienciar? Se estamos zangados, no preciso segundo da ira, do ciúme ou da alegria, será que estamos cientes de que estamos felizes ou coléricos? Só quando a experiência termina é que passa a haver experienciador e experienciado. Nessa altura, o experienciador observa o experienciado, o objecto da experiência. No momento da experiência não há nem observador nem observado: existe apenas a experienciação. A maior parte de nós não experiencia. Estamos sempre do lado de fora do estado de experienciação e portanto fazemos a pergunta: «Quem é o observador, quem é que se apercebe?». Claro que tal pergunta é incorrecta, não é? No momento da experienciação *não* existe nem a pessoa que se dá conta *nem* o objecto do qual ela se dá conta. Não existe nem observador nem observado, mas apenas o estado de experienciação. Para a maioria de nós é extremamente difícil viver num

estado de experienciação, porque isso exige uma extraordinária flexibilidade, rapidez mental, um alto grau de sensibilidade; e isso é negado quando perseguimos um resultado, quando queremos sucesso, quando temos um objectivo em mente, quando calculamos — tudo isto gera frustração. O homem que não exige nada, que não procura um fim, que não procura um resultado com todas as suas implicações, tal ser humano está num estado de constante experienciação. Então, tudo tem um movimento, um significado, nada é velho, nada é destruído, nada é repetitivo, porque *o que é* nunca é velho. O desafio é sempre novo. Apenas a resposta ao desafio é velha; o velho gera mais resíduo, que é memória, que é o observador, que se separa a si mesmo do observado, do desafio e da experiência.

Podemos experimentar isto por nós mesmos de uma maneira muito simples e fácil. Da próxima vez que estivermos irados ou ciumentos ou com ambição ou violentos ou o que quer que seja, reparemos em nós próprios. Nesse estado, o «eu» não existe. Há apenas um estado de espírito. No momento seguinte, qualificamo-lo, nomeamo-lo, chamamos-lhe «ciúme», «ira», «ambição»; deste modo, criamos imediatamente o observador e o observado, o experienciador e o experienciado. Quando há o experienciador e o experienciado, então o experienciador tenta modificar a experiência, mudá-la, lembrar-se de coisas com ela relacionadas, etc., e assim mantém a divisão entre ele próprio e aquilo que é experienciado. Se não dermos um nome a esse sentir — quer dizer, se não buscarmos um resultado, se não condenarmos, se estivermos simplesmente em silêncio, atentos a esse sentir — então veremos que no sentir, na experienciação, não há nem observador nem observado, porque o observador e o observado são um fenómeno conjunto; portanto, só existe experienciação.

Por conseguinte, introspecção e percebimento global são completamente diferentes. A introspecção leva à frustração, a mais conflito, pois ela está implicada no desejo de alterar; e a alteração é simplesmente uma continuidade modificada. O percebimento global é um estado no qual não existe nenhuma condenação, nenhuma justificação ou identificação, havendo portanto compreensão; nesse estado de atenção passiva e vigilante não há experienciador nem experienciado.

A introspecção, que é uma forma de auto-aperfeiçoamento e de auto-expansão, nunca conduz à verdade, porque é sempre um

processo auto-enclausurante; enquanto o percebimento global é um estado no qual acontece a verdade, a verdade de *o que é*, a verdade simples da existência diária. Só quando compreendemos a verdade da existência diária, podemos ir longe. Temos de começar perto para chegarmos longe, mas a maioria de nós prefere saltar, começar longe, sem compreender aquilo que está perto. Ao compreendermos o que está perto, descobriremos que a distância entre o perto e o longe não existe. Não há nenhuma distância — o princípio e o fim são um só.

9

SOBRE O RELACIONAMENTO

Pergunta: O senhor fala muitas vezes de relacionamento. O que significa para si o relacionamento?

Krishnamurti: Primeiro que tudo, não existe o estarmos isolados. *Existir é estar em relação*, e sem relacionamento não há existência. O que entendemos por relacionamento? É um desafio e uma resposta entre duas pessoas, entre você e eu, é um desafio que lançamos e que eu aceito ou ao qual respondo; é também um desafio que atiro a você. A relação entre duas pessoas cria a sociedade; a sociedade não é independente de mim e de você; o grupo social não é em si próprio uma entidade separada, mas eu e você, através da nossa relação, criamos o grupo, a sociedade. O relacionamento é a percepção que temos da interacção entre duas pessoas. E em que é que se baseia geralmente essa relação? Não será ela baseada na chamada interdependência, na assistência mútua? Pelo menos, dizemos que é ajuda mútua, entreajuda, etc., mas na verdade, e pondo de parte as palavras e o quadro emocional que atiramos para cima uns dos outros, quais são as bases do relacionamento? Não estarão elas na gratificação mútua? Se eu não satisfizer o outro, ele afasta-se de mim; se eu o satisfizer, ele aceita-me como mulher, vizinho, ou amigo. Isto é um facto.

O que é isso a que chamamos «família»? É óbvio que é um relacionamento íntimo, de comunhão. Na vossa família, na relação com a vossa mulher, com o vosso marido, há comunhão? Certamente que é isso que queremos dizer com relacionamento, não é verdade? Relacionamento significa estar em comunhão sem medo, significa liberdade para dois seres se compreenderem um ao outro, para comunicarem directamente; é óbvio que relacionamento significa isto — *estar em comunhão com o outro*. E vocês, estão assim? Será que estão em comunhão com as vossas mulheres? Pode ser que fisicamente o estejam, mas isso não é estar-se em relação. Marido e mulher vivem em lados opostos de um muro de isolamento, não é? Cada um tem os seus próprios

caminhos e ambições. Vivem por detrás do muro e ocasionalmente olham um para o outro por cima do muro — e a isso chamam relacionamento. Isto é um facto, não é verdade? Vocês podem alargá-lo, suavizá-lo, introduzir-lhe um novo conjunto de palavras para o descrever, mas esse é *o* facto — o facto de dois seres viverem isolados, e a essa vida em isolamento dão o nome de relacionamento.

Se houver um relacionamento real entre duas pessoas, isto é, com comunhão entre elas, então as implicações são enormes. Nessa altura, não há isolamento, há amor e não obrigatoriedade ou dever. São as pessoas que estão isoladas por detrás dos seus muros que falam em dever e obrigatoriedade. O homem que ama não fala de obrigatoriedade — ele ama. E assim ele partilha com o outro a sua alegria, a sua mágoa, o seu dinheiro. São assim as vossas famílias? Há nelas comunhão directa entre marido e mulher, entre pais e filhos? Não há, é óbvio. Portanto, a família é uma mera desculpa para continuarmos o nosso nome ou a tradição, para impormos o que queremos, sexual ou psicologicamente; assim, a família torna-se um meio de autoperpetuação, de continuação do nosso nome. É assim uma espécie de «imortalidade», uma espécie de «permanência». A família é também usada como um meio de gratificação. Exploro implacavelmente os outros no mundo dos negócios, no mundo político ou social, que está lá fora, e em casa tento ser delicado e generoso. Que absurdo! Ou então o mundo é demais para mim, quero paz, e vou para casa. Sofro no mundo, e vou para casa, tentando encontrar conforto. Deste modo, uso o relacionamento como um meio de autogratificação, o que quer dizer que não quero ser perturbado nesse relacionamento.

Assim, o relacionamento é procurado onde há mútua satisfação ou gratificação; quando não encontramos essa satisfação, mudamos de relação; ou nos divorciamos, ou permanecemos juntos e procuramos satisfação no exterior, ou vamos de relação em relação até encontrarmos o que procuramos — que é satisfação, gratificação e um sentido de autoprotecção e conforto. Afinal, este é o nosso relacionamento no mundo, sendo isto um facto. O relacionamento é procurado onde poderá haver segurança, onde cada um, como indivíduo, poderá viver num estado de gratificação, num estado de ignorância — com tudo isso sempre a criar conflito, não é assim? Se o outro não me satisfizer, procurando eu satisfação, naturalmente tem de existir conflito

porque ambos buscamos segurança um no outro; quando essa segurança se torna incerta, ficamos ciumentos, violentos, possessivos, etc. Portanto, o relacionamento resulta invariavelmente em posse, em condenação, em exigências peremptórias de segurança, de conforto e de gratificação; e nisso não há naturalmente amor.

Falamos sobre o amor, sobre responsabilidade, sobre dever, mas realmente não há amor; a relação baseia-se na gratificação, cujo efeito podemos ver na nossa civilização. A maneira como tratamos as nossas mulheres, os nossos filhos, os nossos vizinhos e os nossos amigos indica que nos nossos relacionamentos não há verdadeiro amor. Trata-se de uma simples busca de gratificação mútua. Assim sendo, qual é o objectivo do autêntico relacionamento? Qual é o verdadeiro sentido do relacionamento? Se nos observarmos no relacionamento com os outros, não acharemos que o relacionamento é um processo de autodescoberta? O meu contacto com o outro não revelará o meu estado de espírito, se eu estiver atento e suficientemente alerta para estar consciente da minha própria reacção no relacionamento? O relacionamento é um autêntico processo de autodescoberta, de autoconhecimento; nessa descoberta há muitas coisas desagradáveis e perturbadoras, pensamentos desconfortáveis e outras actividades. Dado que não gosto do que descubro fujo da relação que não é agradável para uma outra que o é. Portanto, a relação tem muito pouco significado quando estamos em busca de mútua gratificação, mas torna-se extraordinariamente importante quando é um meio de autodescoberta e de autoconhecimento.

Afinal, não há *verdadeiramente* um relacionamento no amor, não é assim? Só quando amamos algo e esperamos o retorno desse amor, é que há um relacionamento. Quando amamos, isto é, quando de um modo total nos damos interiormente a algo, então *não há qualquer relacionamento*.

Se amamos, se há esse amor, isso é uma coisa maravilhosa. Num tal amor não há fricção, não há o eu nem o outro, existe *uma unidade completa*. Existem momentos assim, raros, felizes, cheios de alegria, quando o amor é completo, quando a união é completa. O que geralmente acontece é que o amor não é importante, o outro é que é, o objecto do amor é que é importante; aquele a quem o amor é dado passa a ser importante e não o

amor em si. Assim, o objecto do amor, por variadas razões biológicas ou verbais, ou porque há um desejo de gratificação, de conforto, etc., torna-se importante, e o amor fica para trás. Então, a posse, o ciúme e as exigências começam a gerar conflito e o amor vai recuando cada vez mais; quanto mais o amor retrocede, mais a questão do relacionamento perde significado, valor e sentido. Portanto, o amor é uma das coisas mais difíceis de compreender. Ele não chega por meio de uma urgência intelectual, não pode ser fabricado através de vários métodos, meios e disciplinas. É um estado de ser onde as actividades do «eu» cessaram; mas essas actividades não cessam se simplesmente as reprimimos, evitamos ou disciplinamos. Temos de compreender as actividades do «eu» em todos os diferentes níveis da consciência. Há momentos em que amamos, em que não há pensamento, motivo, mas esses momentos são muito raros. E porque são raros, apegamo-nos a eles usando a memória, e assim levantamos uma barreira entre a Realidade viva e a acção da nossa existência quotidiana.

Para que entendamos o relacionamento é importante compreendermos, primeiro que tudo, *o que é*, aquilo que realmente acontece nas nossas vidas sob as mais diferentes e subtis formas; e também compreender o que de facto significa o relacionamento. Relacionamento é auto-revelação; é por não querermos revelar-nos a nós próprios que nos refugiamos no conforto, e assim a relação perde a sua extraordinária profundidade, significado e beleza. Só pode existir verdadeiro relacionamento onde houver amor, mas o amor não é a busca de gratificação. O Amor só existe quando há esquecimento de nós mesmos, quando há comunhão completa, não a que une normalmente dois seres humanos, *mas comunhão com o que está mais além de tudo*; e isso só pode acontecer quando o «eu» não está presente.

10

SOBRE A GUERRA

Pergunta: Como podemos nós resolver o actual caos político e a crise que existe no mundo? Haverá alguma coisa que o indivíduo possa fazer para parar a guerra iminente?

Krishnamurti: A guerra é a projecção espectacular e sangrenta da nossa vida diária, não é? A guerra é simplesmente a expressão exterior do nosso estado interior, é a expansão da nossa acção diária. É mais espectacular, mais sangrenta, mais destruidora, mas é o resultado colectivo das nossas actividades individuais. Portanto, cada um de nós é responsável pela guerra; e que podemos nós fazer para a parar? Claro que a sempre iminente guerra não pode ser parada por você e eu porque ela já está em movimento; ela já está a acontecer, embora por agora só a nível psicológico. Como ela já está em movimento, não pode ser parada — os inumeráveis interesses são demasiado grandes e estão já comprometidos. Mas você e eu, vendo que a casa está a arder, podemos compreender as causas desse incêndio, distanciar-nos dele e construirmos uma nova casa com materiais diferentes, que não possam arder, que não produzam outras guerras.

Alguns anos atrás, durante a guerra, uma senhora americana veio ver-me. Ela disse que tinha perdido o seu filho em Itália e que tinha um outro com dezasseis anos de idade que ela queria salvar; e falámos disso. Sugeri-lhe que para salvar o filho ela teria de deixar de ser americana; teria de deixar de ser ambiciosa, de acumular riqueza, de procurar poder, dominação, e teria de passar a ser moralmente simples — não apenas simples na roupa, nas coisas do exterior, mas sim nos seus pensamentos, sentimentos, relacionamentos. Ela respondeu: «Isso é demasiado. O senhor está a pedir-me demais. Não posso fazer isso porque as circunstâncias são demasiado poderosas para eu as alterar.» E assim ela iria ser responsável pela destruição do seu próprio filho.

As circunstâncias podem ser controladas por nós, porque fomos nós que as criámos. A sociedade é o produto dos relacio-

namentos, dos meus e dos vossos juntos. Se mudarmos os nossos relacionamentos, a sociedade muda também; deixar simplesmente nas mãos da legislação, da compulsão, a transformação da sociedade exterior enquanto por dentro continuamos corruptos, a procurar poder, dominação, é destruir o exterior, mesmo que cuidadosa e cientificamente construído. Aquilo que está no interior acaba sempre por dominar o exterior.

Qual é a causa da guerra, seja esta religiosa, política ou económica? Decerto que é a crença, crença no nacionalismo, numa ideologia ou num dogma particular. Se não tivéssemos qualquer crença mas sim boa vontade, amor e consideração entre nós, então não haveria guerras. Mas nós alimentamo-nos de crenças, de ideias e de dogmas, e desse modo geramos descontentamento. A crise actual é de uma natureza excepcional e nós, como seres humanos, devemos, ou seguir o caminho do conflito constante e das guerras contínuas que são o produto da nossa acção diária ou descobrir as causas da guerra e voltarmos-lhes as costas.

Claro que o que causa a guerra é o desejo de poder, de prestígio, de posição, de dinheiro; é também a doença chamada nacionalismo, a adoração de uma bandeira, e a doença da religião organizada, a adoração de um dogma. Tudo isto são causas da guerra; se nós como indivíduos pertencermos a qualquer das religiões organizadas, se quisermos poder, se formos invejosos, estamos em condições de produzir uma sociedade que resultará em destruição. Portanto, depende de cada um de nós, e não de líderes — dos chamados homens de estado. Depende de cada um de nós, mas parece que não percebemos isto. Se alguma vez sentíssemos *de facto* a responsabilidade dos nossos actos, rapidamente dávamos um fim a todas as guerras, a toda essa aterradora desgraça. Mas nós somos indiferentes. Temos três refeições por dia, temos os nossos empregos, as nossas contas bancárias, grandes ou pequenas, e afirmamos: «Por amor de Deus, não nos perturbem, deixem-nos em paz!» Quanto mais alto estamos, mais segurança, estabilidade e tranquilidade queremos, mais queremos que nos deixem em paz, para que as coisas se mantenham como estão; mas elas não podem manter-se como estão, porque não há nada para se manter. Tudo se está a desintegrar. Não queremos enfrentar estas coisas, não queremos enfrentar o facto de sermos nós os responsáveis pelas guerras. Podemos falar sobre paz, ir a conferências, sentar-nos em volta

de uma mesa e discutirmos, mas por dentro, psicologicamente, queremos poder, posição, somos motivados pela ambição. Entramos em intrigas, somos nacionalistas, estamos presos a crenças, a dogmas, pelos quais estamos dispostos a morrer e a destruir os outros. Será possível que pessoas como você e eu possam trazer paz ao mundo? Para haver paz, temos de ser pacíficos; viver pacificamente significa não criar antagonismo. A paz *não* é um ideal. Para mim, um ideal é um simples escape, um evitar de *o que é*, é uma contradição de *o que é*. Qualquer ideal impede a acção directa sobre *o que é*. Para existir paz, temos de amar, temos de começar não a viver um ideal de vida mas a ver as coisas como elas são e a actuar sobre elas para as transformar. Enquanto cada um de nós procurar segurança psicológica, a segurança física de que precisamos — alimentos, roupas e abrigo — é destruída. Procuramos segurança psicológica, que não existe; e buscamo--la, se pudermos, através do poder, da posição, dos títulos — tudo isto destrói a segurança física. Isto é um facto óbvio, se olharmos para ele.

Para haver paz no mundo, para se parar com todas as guerras, tem de haver uma revolução no indivíduo, em cada um de nós. Revolução económica sem essa revolução interior não tem significado, porque a fome é o resultado de incorrecções nas condições económicas produzidas pelos nossos estados psicológicos — pela ambição, inveja, maldade e possessividade. Para se acabar com o sofrimento, com a fome, com a guerra, tem de haver uma *revolução psicológica*, e poucos de nós têm vontade de a enfrentar. Discute--se a paz, elabora-se legislação, criam-se novas organizações, como as Nações Unidas, mas não chegaremos à paz, porque não desistimos da nossa posição, autoridade, dinheiro, posses, das nossas estúpidas existências. Delegar nos outros é completamente inútil; os outros não podem trazer-nos a paz. Nenhum líder nos vai dar a paz. Nenhum governo. Nenhum exército, nenhum país. Aquilo que produz a paz é a transformação interior, que conduzirá à acção no exterior. A transformação interior não é isolamento, não é uma separação em relação à acção exterior. Pelo contrário, só pode haver acção correcta quando há pensamento correcto, e não há pensamento correcto quando não há autoconhecimento. Sem nos conhecermos a nós mesmos, não há paz.

Para pormos um fim à guerra exterior temos de começar por pôr um fim à guerra que nos vai por dentro. Alguns de vocês

abanarão afirmativamente a cabeça e dirão «Estou de acordo», e vão lá para fora fazer exactamente o mesmo que sempre fizeram nos últimos dez ou vinte anos. O vosso concordar é meramente verbal e não tem qualquer significado, porque as desgraças do mundo e as guerras não vão parar devido à vossa momentânea concordância. Elas só acabarão quando nos apercebermos do perigo, da nossa responsabilidade, quando não deixarmos a questão para os outros resolverem. Quando estamos conscientes do sofrimento, da urgência da acção imediata e do seu não adiamento, então ficamos transformados; a paz só chega quando somos pacíficos, quando estamos em paz com o nosso vizinho.

11

SOBRE O MEDO

Pergunta: Como posso libertar-me do medo, o qual influencia todas as minhas actividades?

Krishnamurti: O que é que entendemos por medo? Medo de quê? Há vários tipos de medo e não precisamos de analisar cada um deles. Mas podemos ver que o medo surge quando a nossa compreensão do relacionamento não é completa. O relacionamento não é apenas entre pessoas mas também entre nós e a natureza, entre nós e aquilo que possuímos, entre nós e as ideias; se esse relacionamento não é compreendido na sua totalidade, tem de haver medo. Vida é relação. Ser é estar em relação, e sem relação não há vida. Nada pode existir em isolamento; se a mente busca o isolamento, então surge o medo. O medo não é uma abstracção; ele só existe em relação a alguma coisa.

A questão é: «Como é que nos libertamos do medo?» Primeiro que tudo, aquilo que é conquistado tem de voltar a ser conquistado mais vezes. Nenhum problema pode ser vencido de vez; ele pode ser compreendido mas não conquistado. São dois processos completamente diferentes, e o processo de conquista conduz a mais confusão, a mais medo. Resistir, dominar, batalhar com um problema ou construir uma barreira contra ele, só vai criar mais conflito, mas se pudermos compreender o medo, entrar nele passo a passo, explorar todo o seu conteúdo, então o medo não mais voltará, seja de que forma for.

Como já disse, o medo não é uma abstracção; ele só existe em relação a outra coisa. O que é o medo? Acima de tudo, nós temos medo de não sermos alguém, de não nos tornarmos naquilo que sonhamos. Quando há medo de não virmos a ser, de não avançarmos, ou medo do desconhecido, da morte, poderá esse medo ser vencido pela determinação, por uma conclusão, por qualquer escolha? Claro que não. A repressão, a sublimação ou a substituição geram mais resistência, não é verdade? Deste modo, o medo nunca pode ser vencido através de qualquer forma de disciplina ou de resistência. Este facto tem de ser bem visto,

sentido e experienciado: o medo não pode ser destruído através de qualquer forma de defesa ou de resistência, nem nos podemos libertar do medo através da busca de uma resposta, ou através de uma simples explicação intelectual ou verbal.

De que é que temos medo? Temos medo do facto, ou de uma ideia *acerca* do facto? Temos medo de uma coisa *tal como ela é*, ou, por outro lado, temos medo daquilo que *pensamos* que essa coisa é? Por exemplo, a morte. Temos medo da morte como facto, ou da ideia de morte? O facto é uma coisa e a ideia acerca do facto é outra. Será que tenho medo da palavra «morte», ou do facto em si? Porque se tiver medo da palavra, da ideia, nunca vou compreender o facto, nunca vou olhar para o facto, nunca vou estar em relação directa com o facto. Só quando estou em completa comunhão com o facto, é que não há medo. Se não estiver em comunhão com o facto, então existe medo, e não há comunhão com o facto enquanto eu tiver uma ideia, uma opinião, uma teoria *acerca* do facto. Portanto, tenho de perceber com clareza se tenho medo da palavra, da ideia, ou do facto. Se eu estiver frente a frente com o facto, não há nada a compreender acerca dele: o facto está ali, e posso lidar com ele. Se eu tiver medo da palavra, então tenho de compreender a palavra, penetrar em todo o processo que diz respeito às implicações dessa palavra.

Por exemplo, alguém tem medo da solidão, medo da dor da solidão. Claro que esse medo existe porque a pessoa nunca olhou realmente para a solidão, não esteve em completa comunhão com essa solidão. No momento em que estamos completamente abertos ao facto que é a solidão, podemos compreender o que ela *é*, mas afinal o que temos é uma ideia, uma opinião, um conhecimento prévio *acerca* do facto, e isso produz medo. O medo é obviamente o resultado de darmos um nome, de atribuirmos uma palavra, de projectarmos um símbolo que represente o facto; isto é, o medo não é independente da palavra.

Digamos que tenho uma reacção à solidão, isto é, digo que tenho medo de não vir a ser alguém. Será que tenho medo do facto em si, ou será o medo despertado porque tenho um conhecimento prévio do facto, conhecimento esse que é a palavra, o símbolo, a imagem? Será possível ter-se medo de um facto? Quando estou diante de um facto, em comunhão directa com ele, posso olhar para ele, observá-lo; portanto, não há qualquer medo do facto. O que causa o medo é a minha dúvida receosa *acerca* do facto, do que o facto possa ser ou fazer.

É a minha opinião, a minha ideia, a minha experiência, o meu conhecimento acerca do facto que gera o medo. Enquanto houver verbalização do facto, dando-lhe um nome, e assim identificando-o ou condenando-o, enquanto o pensamento, como um observador, julgar o facto, haverá medo. O pensamento é o produto do passado, ele só pode existir através da verbalização, de símbolos, de imagens; enquanto o pensamento julgar ou traduzir o facto, haverá medo.

Portanto, é a mente que cria o medo, sendo a mente o processo de pensar. Pensamento é verbalização. Não se pode pensar sem palavras, sem símbolos, sem imagens; as imagens, que são os preconceitos, o conhecimento prévio, os receios da mente, são projectadas sobre o facto, e disso resulta o medo. Só há libertação em relação ao medo quando a mente é capaz de olhar o facto sem o traduzir, sem lhe dar um nome, sem lhe pôr uma etiqueta. Isto é muito difícil, porque os sentimentos, as reacções, as ansiedades que temos são prontamente identificados pela mente, que lhes dá um nome. O sentimento do ciúme é identificado pela palavra «ciúme». Será possível não identificar um sentir, olhar para esse sentir sem lhe dar um nome? É a nomeação de um sentimento que lhe dá continuidade e força. No momento em que damos um nome àquilo a que chamamos medo, estamos a dar-lhe força; mas se pudermos olhar para esse sentir sem lhe atribuirmos uma palavra, veremos que ele se apaga. Portanto, para que possamos ficar completamente libertos do medo é essencial compreender todo este processo de atribuição de nomes, de projecção de símbolos, de imagens, dando nomes aos factos. Ficamos libertos do medo apenas quando há autoconhecimento. O autoconhecimento é o início da sabedoria, a qual é a cessação do medo.

12

SOBRE O ABORRECIMENTO E O INTERESSE

Pergunta: Não me interesso por nada, mas a maioria das pessoas está ocupada com muitos interesses. Não tenho de trabalhar. Deveria eu participar em qualquer trabalho útil?

Krishnamurti: Tornar-se um trabalhador social ou um político ou um religioso — é isso? Como não tem nada que fazer, vai tornar-se um reformador! Se não tem nada que fazer, se está aborrecido, por que não permanece nesse estado de aborrecimento? Por que não *ser* isso? Se estivermos a sofrer, *sermos* o sofrimento. Não tente encontrar um caminho de saída, porque estar-se aborrecido tem um significado imenso, se puder compreender isso, viver com isso. Se disser «Estou aborrecido, portanto tenho de fazer alguma coisa», está simplesmente a tentar fugir do aborrecimento e, como a maior parte das actividades *é* fuga, acaba-se por provocar mais danos socialmente e de outras maneiras. A confusão é muito maior quando fugimos do que quando somos o que somos e permanecemos com isso. A dificuldade é: como é que ficamos com o problema, sem fugir dele? Como a maioria das nossas actividades é um processo de fuga, é extremamente difícil pararmos esse processo e enfrentar o problema. Assim, fico contente se você está realmente aborrecido e digo-lhe: «Ponto final, fique por aqui, enfrente o aborrecimento. Por que motivo quer fazer outra coisa?»

Se estamos aborrecidos, por que não ficarmos nesse estado? O que é essa coisa chamada «aborrecimento»? Por que é que não nos interessamos por nada? Tem de haver razões e causas que nos fizeram indolentes: sofrimento, fugas, crenças, actividade contínua, tudo isso embotou a mente e tornou rígido o coração. Se conseguíssemos descobrir por que é que estamos aborrecidos, por que é que não nos interessamos, então seguramente resolveríamos o problema, não é verdade? Nessa altura, o interesse acordaria e funcionaria. Se não nos interessarmos pelo facto de estarmos aborrecidos, não podemos forçar o nosso interesse numa

qualquer actividade, só para estarmos a fazer qualquer coisa — como um esquilo andando às voltas numa gaiola. Sei que este é o tipo de actividade em que a maior parte de nós mergulha. Mas temos de encontrar interiormente, psicologicamente, a razão por que estamos neste estado de completo aborrecimento; podemos ver por que muitos de nós estão nesse estado: desgastámo-nos emocional e mentalmente; tentámos tantas coisas, tantas sensações, tantos divertimentos, que nos tornámos apáticos, deprimidos. Juntamo-nos a um grupo, fazemos tudo o que nos é pedido, e depois vamo-nos embora; entramos a seguir noutra coisa, e experimentamos. Se falhamos um psicoterapeuta, vamos a outro ou a um sacerdote; se falharmos de novo, procuramos um mestre «espiritual», etc.; estamos sempre a procurar. Este processo de constante esticar e abandonar *é* cansativo, não é? Como todas as sensações, depressa ele insensibiliza a mente.

Nós já passámos por isso, passámos de sensação em sensação, de excitação em excitação, até chegarmos a um ponto em que estávamos realmente exaustos. Mas percebendo isto não vamos mais longe; temos de descansar. Estar sossegados. Deixar a mente ganhar força por ela mesma; não a forçar. Assim como o solo se renova durante o Inverno, também a mente, quando é deixada descansar, se renova. Mas é muito difícil deixar que a mente se aquiete, deixá-la em paz depois de passar por tanta coisa, já que a mente quer sempre fazer alguma coisa. Quando se chega ao ponto em que nos permitimos ser realmente aquilo que somos — desinteressados, maldosos, horríveis, o que quer que seja — então há a possibilidade de lidar com o problema. O que é que acontece quando aceitamos alguma coisa, quando aceitamos aquilo que somos? Quando aceitamos que somos o que somos, onde está o problema? Só há problema quando não aceitamos uma coisa tal como ela é, e desejamos transformá-la — o que não significa que eu esteja a defender o conformismo; pelo contrário. Se aceitarmos aquilo que somos, então veremos que aquilo que nos preocupava, aquilo a que chamámos aborrecimento, desespero, medo, passou por uma mudança completa. Houve uma completa transformação da coisa que nos amedrontava.

É por isso que é importante, como já disse, compreender o processo, o modo de funcionamento do nosso pensamento. O autoconhecimento não pode vir de outra pessoa, de um qualquer livro, de uma qualquer confissão, da psicologia ou de um psicanalista.

Tem de ser encontrado por cada um, porque o autoconhecimento *é a nossa vida*; sem o alargamento e o aprofundamento do conhecimento do «eu», *façamos o que fizermos* — alterar ou influenciar quaisquer circunstâncias exteriores ou interiores —, isso será sempre alimento do desespero, da dor e do sofrimento. Para irmos mais além das actividades egocêntricas da mente temos de compreender essas actividades; e compreendê-las é estarmos atentos à acção no relacionamento com as coisas, com as pessoas e com as ideias. Nesse relacionamento, que é um espelho, começamos a ver-nos a nós mesmos sem qualquer justificação ou condenação; e a partir desse vasto e profundo conhecimento dos caminhos da nossa própria mente é possível ir mais longe; é possível a mente aquietar-se, para que possa receber aquilo que é verdadeiro.

13

SOBRE O ÓDIO

Pergunta: Se for realmente honesto, tenho de admitir que me irrita, e às vezes odeio, quase toda a gente. Isso torna a minha existência muito infeliz e dolorosa. Intelectualmente compreendo que sou essa irritação, esse ódio; mas não posso lutar contra isso. Pode mostrar-me um caminho para resolver o problema?

Krishnamurti: O que queremos dizer com «intelectualmente»? Quando dizemos que compreendemos algo intelectualmente, o que queremos dizer com isso? Será que há compreensão intelectual? Ou será que a mente apenas entende as palavras, porque esse é o nosso único modo de comunicarmos uns com os outros? Poderemos nós compreender de facto apenas verbalmente, mentalmente? Esta é a primeira coisa que temos de clarificar: se a chamada compreensão intelectual não será antes um impedimento à verdadeira compreensão. Claro que a compreensão é integral, não dividida, não parcial. Ou compreendo, ou não compreendo. Dizer a mim mesmo «Compreendo intelectualmente», é decerto uma barreira à compreensão. É um processo parcial e portanto não é uma compreensão real.

Assim, a questão é esta: «Como vou eu, que estou cheio de ressentimento, de ódio, libertar-me ou anular esse problema?» Como vou eu tratar qualquer problema? O que *é* um problema? Certamente que um problema é algo que nos perturba.

Estou ressentido, sinto que odeio; odeio as pessoas e isso causa-me sofrimento. E estou consciente disso. O que posso fazer? Isso é um factor muito perturbador na minha vida. O que vou fazer? Como ver-me livre disso — não momentaneamente desfazer-me disso como uma pele velha, mas libertar-me realmente de uma vez por todas? Como vou fazer?

É um problema para mim, porque me perturba. Se não me perturbasse não seria um problema, não é verdade? Como me causa sofrimento, perturbação, ansiedade, e porque julgo isso algo *feio*, quero ver-me livre dele. Portanto, reajo à perturbação,

não é? Dou-lhe diferentes nomes em diferentes tempos e estados de espírito; um dia chamo-lhe uma coisa, no outro dia chamo-lhe outro nome, mas o desejo é basicamente não vir a ser perturbado. Não é assim? Como o prazer não é perturbador, eu aceito-o. Não quero libertar-me do prazer porque não há perturbação — pelo menos por enquanto, mas o ódio e o ressentimento são factores muito perturbadores na minha vida, e quero ver-me livre deles.

A minha preocupação é não ser perturbado e tento encontrar um modo de nunca vir a ser perturbado. Por que razão *não* posso ser perturbado? Claro que *tenho* de ser perturbado para poder descobrir, não é verdade? Tenho de passar por tremendas crises, agitação, ansiedade, para descobrir, não é verdade? Se não for perturbado, vou ficar adormecido e talvez seja isso o que a maioria de nós deseja — estar passivo, adormecido, longe de qualquer perturbação, procurar isolamento, clausura, segurança. Se não me importar de ser perturbado — de facto, e não apenas superficialmente — porque quero descobrir, então a minha atitude a respeito do ódio, do ressentimento passa por uma mudança, não é verdade? Se não me importar de ser incomodado, então o nome não é importante. A palavra «ódio» não é importante. Ou o «ressentimento» contra pessoas também não é importante, porque nessa altura estou a experienciar directamente o estado a que chamo de ressentimento sem verbalizar essa experiência.

A ira é uma característica muito perturbadora, assim como o ódio e o ressentimento; e poucos de nós experienciam a ira directamente, sem a verbalizar. Se não a verbalizarmos, se não lhe chamarmos ira, certamente que acontece uma experiência diferente, não é assim? Visto que lhe colocamos um nome, reduzimos uma nova experiência ou trabalhamo-la em termos velhos, enquanto que, se não lhe pusermos um nome, então há uma experiência que é directamente compreendida, e essa compreensão faz acontecer uma transformação na nossa própria experiência.

Tomemos como exemplo a mesquinhez. A maior parte de nós, se formos mesquinhos, não tem consciência disso — mesquinho acerca de assuntos de dinheiro, mesquinho sobre o perdoar as pessoas, ser simplesmente mesquinho. Estou certo de que isso nos é familiar. Mas, estando conscientes da mesquinhez, como é que nos vamos libertar dessa característica? Não tornando-nos generosos, porque esse não é o ponto importante. A libertação

em relação à mesquinhez implica generosidade, mas não temos de nos *tornar* generosos. Claro que cada um tem de ter consciência do que se passa consigo. Podemos ser muito generosos dando um grande donativo à sociedade, aos amigos, mas sermos terrivelmente avarentos quanto a darmos uma gratificação mais elevada a quem nos tenha servido — vocês sabem o que quero dizer com «avarentos». Somos inconscientes em relação a isso. Quando damos atenção ao assunto, o que é que acontece? Habitualmente, forçamos a nossa vontade a ser generosa, tentamos ultrapassar a dificuldade, disciplinamo-nos a ser generosos, etc. Mas afinal forçar a vontade a *ser* qualquer coisa faz ainda parte da mesquinhez em larga escala. Assim, se não fizermos nenhuma dessas coisas e estivermos conscientes das implicações da mesquinhez, sem lhe atribuirmos um nome, então veremos que nessa altura acontece uma transformação radical.

Por favor, experimentem isto. Primeiro, *temos de ser* perturbados, e é claro que muitos de nós não gostam de ser perturbados. Pensamos ter encontrado um padrão de vida — o guia espiritual, a crença, o que quer que seja — e nele nos instalamos. É como ter um bom emprego burocrático, nele funcionamos para o resto da vida. Com a mesma mentalidade, abordamos as várias características de que nos queremos livrar. Não vemos a importância de passarmos pela perturbação, de estarmos inseguros interiormente, de não estarmos dependentes. Certamente que só na insegurança é que conseguimos descobrir, ver, compreender. Queremos ser como alguém com muito dinheiro, vivendo sem dificuldades; essa pessoa não é incomodada; ela *não quer* ser incomodada.

A perturbação é essencial para compreender e qualquer tentativa para encontrar segurança é uma barreira à compreensão. Quando nos queremos livrar de algo que nos perturba, isso é um obstáculo. Se queremos experienciar directamente um sentir, sem o nomear, penso que podemos encontrar muita coisa nisso; não há mais luta com isso, porque o experienciador e a coisa experienciada são um só, o que é essencial. Se o experienciador verbalizar o sentir, a experiência, ele separa-se e age sobre isso; uma tal acção é artificial, ilusória. Mas se não houver verbalização, então o experienciador e a coisa experienciada serão uma só coisa. Essa integração é necessária e tem de ser radicalmente encarada.

14

SOBRE A MALEDICÊNCIA

Pergunta: Falar dos outros tem valor como auto-revelação, especialmente ao revelar-nos os outros. Por que não usar, de uma forma séria, essa actividade como um meio de descobrir a verdade? Não tremo perante a palavra bisbilhotice por ela vir sendo condenada ao longo do tempo.

Krishnamurti: Pergunto-me por que falamos dos outros. Isso não nos dá a conhecer os outros. E por que os outros teriam de se dar a conhecer? Por que razão queremos conhecer os outros? Por que existe este extraordinário interesse pelos outros? Primeiro que tudo, por que falamos dos outros? É uma forma de desassossego, não é? Como a ansiedade, a maledicência é a indicação de uma mente inquieta. Por que temos o desejo de interferir com os outros, de saber o que os outros fazem ou dizem? A mente que fala mal dos outros é muito superficial, não é?; é uma mente que investiga mas que está mal direccionada. A pessoa que faz a pergunta parece pensar que os outros se revelam se estivermos interessados neles — nos seus afazeres, nos seus pensamentos, nas suas opiniões. Mas será que podemos conhecer os outros se não nos conhecermos a nós próprios? Será que podemos julgar os outros, se não conhecermos o modo como pensamos, como agimos, como nos comportamos? Qual a razão desse enorme interesse a respeito dos outros? Não será isso de facto uma fuga, esse desejo de saber o que os outros pensam, sentem e dizem. Não oferece isso uma fuga a nós próprios? Não haverá nisso também o desejo de interferir nas vidas dos outros? Não será a nossa vida já suficientemente difícil, complexa, dolorosa, para nos envolvermos e interferirmos com as dos outros? Haverá tempo para pensar nos outros dessa maneira maledicente, cruel e feia? Por que fazemos isso? Sabemos que toda a gente faz isso. Praticamente toda a gente fala dos outros. Porquê?

Penso que, primeiro que tudo, falamos dos outros porque não estamos suficientemente interessados no processo do nosso próprio pensamento e da nossa própria acção. Queremos ver o

que os outros fazem e, para o colocar simpaticamente, talvez imitá-los. Geralmente, quando bisbilhotamos é para condenar os outros mas, vendo isso de uma perspectiva diferente, trata-se talvez de querermos imitar os outros. Por que queremos imitar os outros? Não indicará isso uma grande frivolidade da nossa parte? É a mente pobre que quer excitação, e vai para o exterior de si procurar isso. Por outras palavras, a maledicência é uma forma de sensação, na qual estamos viciados. Pode ser uma espécie diferente de sensação, mas há sempre esse desejo de encontrar excitação, distracção. Se entrarmos bem a fundo nesta questão, acabamos por regressar a nós mesmos, o que mostra que somos muito superficiais ao procurarmos excitação no exterior falando acerca dos outros. Reparemos em nós da próxima vez que falarmos de alguém; se estivermos atentos, isso indicar-nos-á um amontoado terrível de coisas sobre nós. Não escondamos isso afirmando que estamos a querer conhecer os outros. Tudo isso indica inquietude, um sentido de excitação, frivolidade, falsidade e um grande interesse por pessoas que não têm nada a ver com o que fazemos.

O próximo problema é: como parar a *maledicência*? É esta a próxima questão, não é? Quando nos apercebemos de que estamos a falar dos outros, como vamos parar de fazer isso? Se isso se tornou um hábito, uma coisa feia que não cessa dia após dia, como vamos parar? Será que esta questão se põe? Quando sabemos que estamos a falar mal de alguém, quando estamos cientes disso, cientes de todas as suas implicações, então dizemos para nós mesmos «Como vou eu parar isso?» No momento em que nos apercebemos de que estamos a falar dos outros, não fará isso apagar naturalmente a maledicência? O «como» não se coloca de todo. O «como» só surge quando não nos apercebemos; e a maledicência indica falta de apercebimento. Que cada um experimente fazer isso da próxima vez que fale dos outros; e repare-se então como rapidamente, como imediatamente paramos a maledicência, por estarmos atentos ao que estamos a dizer, atentos ao facto de que a nossa língua está a fugir connosco. Não é precisa força de vontade para parar isso. Tudo o que é preciso é estar-se atento, é estar-se consciente do que se está dizendo e das suas implicações. Não temos de condenar ou justificar a maledicência. Estejamos atentos a isso, e veremos a rapidez com que paramos o acto; porque essa atenção vai revelar-

-nos os nossos padrões de acção, o nosso comportamento, o nosso padrão de pensamento; nessa revelação, cada um se descobre a si mesmo, o que é de longe muito mais importante do que falar dos outros, sobre o que eles fazem, pensam ou como se comportam.

Muitos de nós lêem jornais diários, jornais que estão cheios de maledicência, de maledicências globais. Tudo isso é uma fuga a nós mesmos, fuga à nossa mediocridade, à nossa fealdade interior. Pensamos que através do interesse superficial por acontecimentos mundanos nos tornamos mais e mais sábios, mais capazes de lidar com as nossas próprias vidas. Todos estes caminhos são seguramente para fugirmos a nós mesmos, não é verdade? Somos tão vazios, tão superficiais, temos tanto medo de nós mesmos. Somos tão pobres interiormente, que a maledicência actua como uma forma de entretenimento «enriquecedor», uma forma de nos evadirmos de nós mesmos. Tentamos preencher esse vazio com conhecimentos, rituais, bisbilhotice, com encontros em grupo — com inumeráveis meios de fuga; assim, a fuga é que é importante, e não a compreensão de *o que é*. A compreensão de *o que é* exige atenção; saber que estamos vazios, que sofremos, isso necessita de grande atenção, e não de fugas; mas muitos de nós preferem esses escapes, porque eles são mais agradáveis, mais estimulantes. Quando nos conhecemos tal como somos é muito difícil lidarmos connosco; este é um dos problemas com que nos deparamos. Não sabemos o que fazer. Quando sei que estou vazio, que sofro, que estou magoado, não sei o que fazer, não sei lidar com isso. Por conseguinte, caímos em toda a espécie de fugas.

A questão é «O que fazer?». Claro que não podemos fugir; porque isso é muito absurdo e imaturo. Mas quando nos confrontamos com aquilo que somos, que fazemos? Primeiro, será possível não rejeitar ou justificar isso, mas permanecer com isso que nós somos? — o qual é extremamente árduo, porque a mente procura explicações, condenações, identificações. Se ela não fizer nenhuma destas coisas e permanecer com o que somos, então é como aceitar uma qualquer outra coisa. Se eu aceitar que sou escuro de pele, não há problema; mas se eu desejar mudar a pele para um tom mais claro, então levanta-se um problema. É muito difícil aceitar *o que é*; só é possível aceitá-lo quando não há fuga; a condenação e a justificação são formas de fuga. Portanto, quando compreendemos a totalidade do processo que diz respeito

ao acto de falar dos outros e vemos o absurdo disso, a crueldade e todas as coisas nisso envolvidas, então acabamos por ficar com o que somos; e habitualmente abordamos sempre o que somos, ou destruindo-o ou transformando-o em outra coisa qualquer. Se não fizermos qualquer destas coisas e nos aproximarmos com a intenção de haver uma compreensão, de estarmos *completamente* com isso, então descobriremos que deixou de existir aquilo que receávamos. Então, há a possibilidade de *o que é* se transformar.

15

SOBRE O CRITICISMO

Pergunta: Que papel tem a crítica no relacionamento? Qual é a diferença entre crítica destrutiva e crítica construtiva?

Krishnamurti: Antes de tudo, por que criticamos? Será com o objectivo de compreender? Ou será um simples processo de censurar os outros? Se eu criticar alguém, será que fico a compreender essa pessoa? Será que a compreensão acontece através do julgamento? Se eu quero compreender, não superficialmente mas profundamente, a totalidade do significado da minha relação com alguém, será que tenho de começar por criticar o outro? Ou será que estou consciente da relação entre nós, observando silenciosamente a relação — não projectando as minhas opiniões, críticas, juízos, identificações, condenações, observando em silêncio o que está a acontecer? E se eu não criticar, o que acontecerá? Estou pronto para ir dormir descansadamente, não é verdade? O que não significa que não vá dormir descansadamente alguém que esteja a censurar outras pessoas. Censurar os outros talvez se tenha tornado um hábito, e nós somos postos a dormir através do hábito. Será possível acontecer uma mais vasta e profunda compreensão do relacionamento quando criticamos? Não interessa se a crítica é construtiva ou destrutiva — isso é seguramente irrelevante. Portanto, a questão é: «Que estado da mente e do coração é necessário para compreender o relacionamento?» Como é o processo de compreensão? Como é que compreendemos determinada coisa? Como é que compreendemos o nosso filho, se é que estamos interessados no nosso filho? Observamos, não é verdade? Olhamos para ele quando brinca, estudamo-lo nos seus diversos estados de espírito; não projectamos sobre ele a nossa opinião. Não lhe dizemos que ele tem de fazer isto ou aquilo. Estamos em permanente observação, activamente atentos. Talvez então comecemos a compreender o nosso filho. Se estivermos constantemente a criticá-lo ou a injectá-lo com a nossa personalidade, idiossincrasias e opiniões, decidindo o modo como ele deve ou não ser, obviamente que estamos a criar uma

barreira nesse relacionamento. Infelizmente, a maioria de nós critica com a intenção de moldar, de interferir; isso dá-nos uma certa dose de prazer, uma certa gratificação, moldar algo — seja a relação com o marido, com o filho, ou com quem quer que seja. Sentimos poder, somos o chefe, e nisso há uma enorme gratificação psicológica. Claro que através de todo este processo não há nenhuma compreensão do relacionamento. Há apenas imposição ou desejo de moldar o outro de acordo com o padrão da nossa idiossincrasia, do nosso desejo, do nosso querer. Tudo isto impede a compreensão do relacionamento, não é assim?

Depois há a autocrítica. Ser crítico consigo mesmo, condenar--se ou justificar-se — será que isso traz a compreensão de si mesmo? Quando começo a criticar-me, não será que limito o processo de compreensão, de investigação? Será que a introspecção, sendo uma forma de autocrítica, revela o «eu»? O que faz com que o «eu» se revele? Estar constantemente a analisar, a ter receios, a ser crítico — certamente que isso não ajuda na descoberta. O que faz com que o «eu» se revele, e possamos começar a compreendê--lo, é a permanente observação do «eu» sem qualquer condenação ou identificação. Tem de haver uma certa espontaneidade; não se pode estar constantemente a analisar o «eu», a discipliná-lo, a moldá-lo. Essa espontaneidade é essencial para que possamos compreender. Se eu simplesmente limito, controlo, condeno, então coloco um ponto final no movimento do pensamento e do sentir, não é verdade? É no movimento do pensamento e do sentir que eu posso descobrir — não através do simples controle. Quando descobrimos, então é importante saber o que fazer sobre isso. Se eu actuar de acordo com uma ideia, com uma norma padrão, com um ideal, então forço o «eu» a entrar num determinado padrão. Nisso não há nenhuma compreensão, não se consegue ir além do «eu». Se se observar o «eu» sem qualquer condenação ou identificação, então será possível ir mais além dele. É por isso que todo este processo de aproximação a um ideal é tão absolutamente errado. Os ideais são deuses feitos em casa, e conformarmo-nos a uma imagem, projectada por nós, não é seguramente um acto de libertação.

Assim, só pode haver compreensão quando a mente está atenta silenciosamente, observando — o que é difícil, porque temos prazer em estarmos activos, em não estarmos parados, em sermos críticos, em condenar, em justificar. Esta é a estrutura completa do nosso

ser; e através da cortina de ideias, preconceitos, pontos de vista, experiências, memórias, tentamos compreender. Será possível libertarmo-nos de todos os filtros e assim compreender directamente? É certo que fazemos isto quando o problema é muito intenso; não passamos através de todos os métodos — fazemos uma aproximação directa. A compreensão de uma relação acontece apenas quando o processo de autocrítica é compreendido e a mente está aquietada. Se alguém me escutar e tentar acompanhar, sem muito esforço, aquilo que quero transmitir, então há a possibilidade de nos compreendermos um ao outro. Mas se essa pessoa estiver sempre a criticar, a emitir as suas opiniões, a falar daquilo que leu nos livros, ou do que alguém afirmou, então nós dois não estamos em relação, porque há um filtro entre nós. Se nós os dois tentarmos desvendar os vários aspectos do problema, que fazem parte do próprio problema, se nós dois queremos ir ao fundo do problema, para encontrarmos a sua verdade, para descobrirmos aquilo que ele *é* — então, nós estamos em relação. A nossa mente estará, ao mesmo tempo, em alerta e passiva, olhando para ver onde está a verdade da questão. Portanto, a nossa mente tem de ser extraordinariamente rápida, não ancorada em qualquer ideia ou ideal, a qualquer juízo ou opinião que consolidámos através das nossas experiências pessoais. A compreensão dá-se certamente quando existe a flexibilidade e a rapidez de uma mente que está passivamente atenta. Então, ela é capaz de receber, de ser sensível. A mente não é sensível quando está cheia de ideias, preconceitos, opiniões, sejam estas a favor ou contra o que quer que seja.

Para compreendermos uma relação, tem de haver uma atenção passiva — a qual não destrói a relação. Pelo contrário, essa atenção torna a relação mais viva, com mais significado. Há então nessa relação a possibilidade de uma afeição real; há uma vivacidade, uma intimidade que não é mero sentimento ou sensação. Se assim nos aproximarmos ou estivermos na relação com tudo, então os nossos problemas serão facilmente resolvidos — os problemas que têm a ver com propriedade, com posse, porque somos aquilo que possuímos. O homem que possui dinheiro *é* esse dinheiro. O homem que se identifica com a sua propriedade *é* a propriedade ou a casa ou a mobília. Do mesmo modo se passa com ideias ou com pessoas; quando há possessividade, não há nenhum relacionamento. Muitas pessoas possuem coisas porque não têm mais nada se não tiverem coisas. Somos conchas vazias se não

tivermos coisas, se não enchermos a nossa vida com mobília, música, conhecimentos, com isto ou com aquilo. E cada concha faz muito barulho, e a esse barulho chamamos viver; e com isso nos satisfazemos. Quando há uma rotura, uma separação, então surge o sofrimento porque de repente descobrimos aquilo que realmente somos — uma concha vazia, sem muito sentido. Temos de estar atentos a todo o conteúdo da relação, e isso é acção; a partir dessa acção há a possibilidade de uma verdadeira relação, há a possibilidade de descobrirmos a grande profundidade da relação, o seu grande significado, há a possibilidade de conhecermos o Amor.

16

SOBRE A CRENÇA EM DEUS

Pergunta: Acreditar em Deus tem sido um poderoso incentivo para melhorar a vida. O senhor rejeita Deus, porquê? Por que não tenta restabelecer a fé do homem na ideia de Deus?

Krishnamurti: Olhemos para o problema de um modo aberto e inteligente. Eu não rejeito Deus — isso seria demasiado estúpido. Só o homem que não conhece a realidade utiliza palavras sem significado. Aquele que diz que sabe, não sabe; aquele que experiencia a realidade a todo o momento não tem meios para comunicar essa realidade.

A crença é a negação da Verdade; a crença impede a Verdade; acreditar em Deus é não encontrar Deus. Nem o crente nem o não--crente encontram Deus; porque a Verdade é o desconhecido, e acreditar ou não no desconhecido é uma simples projecção pessoal e portanto não é real. Sei que você é crente, e sei também que isso tem pouco significado na sua vida. Há muita gente crente; milhões acreditam em Deus e nisso obtêm consolo. Primeiro que tudo, por que é crente? É crente porque isso lhe dá satisfação, consolo, esperança e, como você afirma, dá significado à vida. De facto, o seu acreditar tem muito pouco significado, porque acredita e explora os outros, acredita e mata, acredita num Deus universal e aceita que os homens se matem uns aos outros. O homem rico também acredita em Deus, ele explora sem piedade, acumula riqueza, e depois constrói um templo ou torna-se filantropo.

Os homens que largaram a bomba atómica em Hiroshima disseram que Deus estava com eles; aqueles que voaram de Inglaterra para destruir a Alemanha afirmavam que Deus era o seu co-piloto. Os ditadores, os primeiros-ministros, os generais, os presidentes, todos eles falam de Deus, têm imensa fé em Deus. E estarão eles a fazer o que deviam fazer, construindo uma vida melhor para os seres humanos? As pessoas que afirmam acreditar em Deus já destruíram metade do mundo, e este planeta está uma completa desgraça. Através da intolerância religiosa criam-se

divisões entre os povos, os que acreditam e os que não acreditam, o que conduz a guerras religiosas. Isso demonstra como as nossas mentes estão extraordinariamente politizadas.

Será que acreditar em Deus é «um poderoso incentivo para uma vida melhor»? Por que queremos nós um incentivo para viver melhor? Claro que esse incentivo deve ser o nosso próprio desejo de viver com higiene e com simplicidade, não é assim? Se procuramos um incentivo, é porque não estamos interessados em tornar a vida melhor para todos, estamos apenas interessados no nosso incentivo, que é diferente do de outra pessoa — e acabaremos por lutar por causa de um incentivo. Se vivermos em paz uns com os outros, não porque acreditamos em Deus mas porque somos seres humanos, então partilharemos todos os meios de produção com o objectivo de produzir coisas para toda a gente. Devido à falta de inteligência, aceitamos a ideia de uma superinteligência a que chamamos «Deus»; mas esse «Deus» não nos vai proporcionar uma vida melhor. O que conduz a uma vida melhor é a inteligência; e não pode existir inteligência se houver crença, se houver divisões sociais, se os meios de produção estiverem nas mãos de poucos indivíduos, se existirem nações isoladas e governos soberanos. Tudo isto indica falta de inteligência e é a falta de inteligência que está a impedir uma vida melhor, e não a descrença em Deus.

Todos nós acreditamos de modos diferentes, mas a crença não tem qualquer realidade. A realidade é aquilo que cada um é, o que cada um faz, pensa, e acreditar em Deus é um mero escape para a nossa monótona, estúpida e cruel existência. Mais, a crença invariavelmente divide as pessoas: há o hindu, o budista, o cristão, o comunista, o socialista, o capitalista, e tudo o resto. A crença e a ideia dividem; nunca levam as pessoas a estarem unidas. Algumas pessoas podem juntar-se e formar um grupo; mas esse grupo acaba por se opor a outro grupo. Ideias e crenças nunca são unificadoras; pelo contrário, elas são separativas, desintegradoras e destrutivas. Portanto, a crença em Deus está de facto a espalhar a infelicidade no mundo; embora essa crença nos traga consolo momentâneo, ela na realidade trouxe mais sofrimento e destruição na forma de guerras, fome, divisão de classes e a impiedosa acção de indivíduos que se puseram à parte. Assim, a crença não tem validade alguma. Se acreditássemos realmente em Deus, se isso fosse uma experiência real para nós, então haveria um sorriso na nossa face; e não destruiríamos os outros seres humanos.

O que é a Realidade? O que é Deus? Deus não é a palavra, a palavra não é a realidade. Para conhecer isso que é imensurável, que não está no tempo, a mente tem de estar liberta do tempo, quer dizer, a mente tem de se libertar de todo o pensamento, de todas as ideias acerca de Deus. O que sabemos nós sobre Deus ou a Verdade? Não sabemos realmente nada sobre essa Realidade. Tudo o que conhecemos são palavras, são experiências de outros ou alguns momentos de experiências pessoais. Claro que isso não nos dá a conhecer Deus, não é a Verdade, isso não está para além do tempo. Para se conhecer isso que está para além do tempo, temos de compreender o processo do tempo, tempo sendo pensamento, sendo o processo de «vir a ser», sendo acumulação de conhecimentos. Isso é tudo o que está por detrás da mente; a mente, em si, é esse fundo *(background)*, é o consciente e o inconsciente, é o colectivo e o individual. Assim, a mente tem de estar livre do conhecido, isto é, ela tem de estar completamente em silêncio, não *forçada* ao silêncio. A mente que atinge o silêncio como um resultado, como o produto de determinada acção, prática ou disciplina, não é uma mente em silêncio. A mente que é forçada, controlada, moldada, posta dentro de limites e mantida quieta, não é uma mente em paz. Podemos ter sucesso por algum tempo em forçar a mente a ser superficialmente silenciosa, mas tal mente não é uma mente serena. A serenidade só acontece quando compreendemos todo o processo do pensamento, porque compreender esse processo é acabar com ele, e na cessação do processo do pensamento está o começo do silêncio.

Só quando a mente está completamente em silêncio, não apenas a um nível superficial mas a um nível profundo da consciência — só então o desconhecido pode manifestar-se. O desconhecido não é algo para ser experimentado pela mente; apenas o silêncio, e só o silêncio pode ser experienciado. Se a mente experimenta o que quer que seja que não o silêncio, é porque está simplesmente a projectar os seus próprios desejos, e uma tal mente não está em silêncio; enquanto a mente não estiver em silêncio, enquanto o pensamento sob qualquer forma, consciente ou inconsciente, estiver em movimento, não poderá haver silêncio. Silêncio é libertação do passado, dos conhecimentos, de memórias conscientes e inconscientes; quando a mente está em completo silêncio, não em funcionamento, quando há silêncio que não é produto do esforço, então o Intemporal, o Eterno

dá-se a mostrar. Esse estado não é um estado para lembrar — não há qualquer entidade a recordá-lo, a experimentá-lo.

Portanto, Deus, a Verdade, chamemos-lhe o que quisermos, é algo que se manifesta a todo o momento, e isso só acontece num estado de liberdade e de espontaneidade, não quando a mente é disciplinada de acordo com um padrão. Deus não é uma coisa da mente, não vem através da autoprojecção; só acontece quando há virtude, que é liberdade. Virtude é enfrentar o facto de *o que é*, e enfrentar o facto gera um estado de bênção. Quando a mente está nesse estado de profunda alegria, em paz, sem qualquer movimento, sem a projecção consciente ou inconsciente do pensamento — só então o Eterno se manifesta.

17

SOBRE A MEMÓRIA

Pergunta: A memória, afirma o senhor, é uma experiência incompleta. Tenho a recordação e uma impressão muito viva das suas anteriores palestras. Em que sentido é a memória uma experiência incompleta? Por favor, explique-me esta ideia com todos os detalhes.

Krishnamurti: O que queremos dizer com «memória»? Vamos à escola e ficamos cheios de factos, de conhecimento técnico. Se você é engenheiro, usa a memória que tem a ver com conhecimento técnico para poder construir uma ponte. Essa memória é factual. Há também a memória psicológica. Se você me disse alguma coisa, agradável ou desagradável, eu guardo isso; quando da próxima vez nos encontrarmos, estarei a encontrar-me consigo usando essa memória, a memória do que você afirmou ou não afirmou. Há dois aspectos na memória, o psicológico e o factual. Os dois estão relacionados um com o outro, e por conseguinte é difícil ver a linha que os separa. Sabemos que a memória factual é essencial como meio de subsistência, mas será a memória psicológica essencial? Qual é o factor que faz reter a memória psicológica? O que nos faz lembrar psicologicamente de um insulto ou de um louvor? Por que será que guardamos certas memórias e rejeitamos outras? Claro que guardamos as memórias que nos são agradáveis e evitamos as que nos são desagradáveis. Se observarmos, veremos que as memórias dolorosas são postas de lado mais rapidamente do que as que são agradáveis. A mente é memória, a qualquer nível, tenha o nome que tiver; a mente é o produto do passado, está baseada no passado, o qual é memória, é um estado condicionado. E é com essa memória que nos encontramos com a vida, que nos encontramos com um novo desafio. O desafio é sempre novo e a nossa resposta é sempre velha, porque ela é o resultado do passado. Portanto, experienciar sem memória é um estado, e experienciar com memória é outro. Isto é, há um desafio, que é sempre novo; abordo-o com a resposta, com o condicionamento velho. E o que acontece? Recebo o novo, e não o compreendo; e o

experienciar do novo é condicionado pelo passado. Por conseguinte, há uma compreensão parcial do novo, não há nunca compreensão completa. Só quando há compreensão completa de alguma coisa é que não fica qualquer cicatriz da memória.

Quando há um desafio, que é sempre novo, encontramo-nos com ele usando a resposta do passado. A resposta velha condiciona o novo e portanto retorce-o, influencia-o, não havendo compreensão completa do novo, e assim o novo é absorvido pelo velho, com o velho a ficar mais forte. Isto pode parecer abstracto mas não é difícil se entrarmos um pouco nele com cuidado. A situação no mundo, nos dias que correm, exige uma nova abordagem, um novo modo de enfrentar o problema mundial, que é sempre novo. Somos incapazes de nos aproximarmos desse problema vendo-o como novo porque nos aproximamos com as nossas mentes condicionadas, com preconceitos nacionais, regionais, familiares e religiosos. As nossas experiências anteriores actuam como barreira à compreensão do novo desafio, e assim continuamos a cultivar e a fortalecer a memória, o que nos leva a não compreender o novo, a não nos encontrarmos completamente com o desafio. Só quando nos encontramos com o desafio como se fosse a primeira vez, a fresco, sem passado, é que esse desafio nos entrega os seus frutos, as suas riquezas.

O senhor afirma: «Tenho a recordação e uma impressão intensa das suas palestras anteriores. Em que sentido é isso uma experiência incompleta?» É óbvio que é uma experiência incompleta se for uma mera impressão, uma memória. Se você entendeu o que foi dito, se viu a verdade disso, essa verdade não é uma memória. A verdade não é uma memória, porque ela é sempre nova, e está constantemente a transformar-se a si própria. Você tem uma memória da palestra anterior. Porquê? Porque está a usar a palestra anterior como guia, porque não a compreendeu de todo. Quer voltar a isso e, inconsciente ou conscientemente, essa memória vai sendo mantida. Se compreendemos alguma coisa totalmente, isto é, se vemos a verdade de algo na sua totalidade, sabemos que não fica qualquer memória. A nossa educação consiste em cultivar a memória, em fortalecer a memória. As práticas e rituais religiosos, a leitura e os conhecimentos, tudo isso reforça a memória. O que queremos dizer com «memória»? Por que nos prendemos à memória? Não sei se já repararam que à medida que envelhecemos olhamos mais para trás, para o passado, para as suas ale-

grias, mágoas, prazeres; quando se é jovem, olha-se para o futuro. Por que fazemos isso? Por que é que a memória se tornou tão importante? Pela simples e óbvia razão de que não sabemos viver integralmente, completamente no presente. Usamos o presente como um meio para chegar ao futuro, e desse modo o presente perde o seu significado. Não somos capazes de viver no presente porque usamos o presente como uma passagem para o futuro. Uma vez que quero ser diferente do que sou agora, nunca há uma compreensão completa de mim mesmo; e conhecer-me, conhecer aquilo que sou exactamente agora não requer a presença da memória. Pelo contrário, a memória é uma barreira à compreensão de *o que é*. Não sei se já repararam que um novo pensamento, um novo sentir só chega quando a mente não está aprisionada na rede da memória. Quando há um intervalo entre dois pensamentos, entre duas memórias, quando esse intervalo é mantido, então a partir desse intervalo surge um novo estado de ser, o qual não é memória. Temos memórias e cultivamos a memória como sendo um meio de continuidade. O «eu» e o «meu» tornam-se muito importantes enquanto existir a prática da memória, e como muitos de nós somos feitos de «eu» e de «meu», a memória acaba por ser uma parte muito importante das nossas vidas. Se não tivéssemos memória, as nossas posses, a família, as ideias não seriam tão importantes; assim, ao fortalecermos o «eu» e o «meu», estamos a cultivar a memória. Se observarmos, veremos que há um intervalo entre dois pensamentos, entre duas emoções. Nesse intervalo, que não é produto da memória, há uma extraordinária liberdade em relação ao «eu» e ao «meu», e esse intervalo não tem tempo.

Olhemos agora o problema de forma diferente. Claro que a memória é tempo, não é verdade? A memória gera o ontem, o hoje e o amanhã. A memória do ontem condiciona o hoje e portanto molda o amanhã. Isto é, o passado, através do presente, cria o futuro. Há um processo temporal em acção, que é o querermos vir a ser diferentes do que somos agora. Memória é tempo, e através do tempo temos esperança de atingir um certo resultado. Sou um empregado hoje, mas, com tempo e oportunidade, virei a tornar-me o gerente ou o proprietário. Portanto, preciso de tempo e com a mesma mentalidade digo: «Hei-de atingir a Verdade, hei-de chegar a Deus.» Preciso de tempo para atingir, o que quer dizer que tenho de cultivar a memória, fortalecê-la através da prática, da disciplina, para vir a ser alguém, para me

realizar, para ganhar, sendo tudo isto a continuação do tempo. Através do tempo esperamos chegar ao Intemporal; através do tempo esperamos atingir o Eterno. Podemos chegar a isso? Será que podemos apanhar o Eterno na rede do tempo, através da memória, que é tempo? O Intemporal só pode acontecer quando a memória, que é o «eu» e o «meu», cessar. Se conseguirmos ver a verdade disto — de que através do tempo o Intemporal não pode ser compreendido ou recebido —, então podemos entrar no problema da memória. A memória que tem a ver com coisas técnicas é essencial; mas a memória psicológica, que mantém o «eu» e o «meu», que concede identificação e autocontinuidade, é totalmente prejudicial à vida e à realidade. Quando vemos a verdade disto, o falso extingue-se, não havendo portanto retenção psicológica da experiência passada.

Quando olhamos um maravilhoso pôr do Sol, uma bela árvore no campo e ela nos atrai o olhar, há uma satisfação completa, infragmentável; mas depois voltamos a essa satisfação com o desejo de passar de novo por ela. O que acontece quando desejamos voltar a esse realidade? Já não há satisfação porque é a memória do pôr do Sol de ontem que agora nos faz voltar atrás, que nos empurra, que nos exige essa satisfação. Ontem, não havia memória, apenas uma apreciação espontânea, uma resposta directa; hoje, estamos desejosos de recapturar a experiência de ontem. Isto é, a memória intervém entre nós e o pôr do Sol; assim, não há fruição, não há maravilhamento, não há beleza plena. Por exemplo, temos um amigo, ele ontem disse-nos algo, um insulto ou um elogio, e nós retemos isso na memória; com essa memória encontramo-nos hoje com esse amigo. Mas não estamos realmente a encontrar-nos com ele — carregamos connosco a memória de ontem, que intervém. Assim vamos vivendo, rodeando-nos a nós próprios e às nossas acções com a memória e portanto não há nada de novo, não há nada de belo. É por isso que a memória torna a vida fastidiosa, desinteressante e vazia. Vivemos uns contra os outros porque o «eu» e o «meu» são fortalecidos pela memória. A memória forma-se através da acção no presente: damos vida à memória através do presente, mas quando não damos vida à memória, ela desaparece. A memória ligada a factos e a coisas técnicas é obviamente necessária, mas a memória, como retenção psicológica, prejudica a compreensão da vida, prejudica a comunhão com os outros.

18

SUBMETER-SE A *O QUE É*

Pergunta: Qual é a diferença entre a rendição à vontade de Deus e aquilo de que o senhor fala quando se refere à aceitação de *o que é*?

Krishnamurti: Certamente que há uma grande diferença, não é verdade? A rendição à vontade de Deus implica que à partida já conhecemos a vontade de Deus. Ninguém se rende a algo que não conhece. Se conhecermos a Realidade, não podemos render-nos a ela; deixamos de existir; não há rendição a algo que nos transcende. Se nos rendemos a algo «supremo», então essa coisa é uma projecção de nós, já que a Verdade não pode ser conhecida através do conhecido. Ela só se mostra quando o conhecido deixa de existir. O conhecido é uma criação da mente porque o pensamento é o resultado do conhecido, do passado, e o pensamento apenas pode gerar aquilo que conhece; portanto, aquilo que o pensamento conhece não é eterno. E por isso, quando nos rendemos à vontade de Deus, estamos a render-nos às nossas próprias projecções; isso pode ser gratificante, confortante mas não é verdadeiro.

Compreender *o que é* exige um processo diferente — talvez a palavra «processo» não seja adequada, mas o que quero dizer é isto: compreender *o que é* é muito mais difícil porque requer mais inteligência, mais observação, do que meramente aceitar ou entregarmo-nos a uma ideia. Compreender *o que é* não exige esforço; esforço é distracção. Para compreendermos algo, para compreendermos *o que é*, não podemos estar distraídos, não é verdade? Se eu quiser compreender o que alguém diz, não posso estar a ouvir música ou barulho feito por pessoas à volta, tenho de dar toda a minha atenção ao que está a ser dito. É extraordinariamente difícil e árduo estar-se atento *ao que é*, porque o nosso próprio pensamento se tornou uma distracção. Não queremos compreender *o que é*. Olhamos para *o que é* através dos óculos do preconceito, da condenação ou da identificação, e é muito trabalhoso

remover esses óculos e olhar directamente *o que é*. Claro que *o que é* é um facto, é a verdade, e tudo o mais é um escape, não é assim? Para se compreender *o que é* o conflito da dualidade tem de terminar, porque a resposta negativa relativa ao tornar uma coisa diferente daquilo que ela *é*, é a negação da compreensão do que *é*. Se eu quero entender a arrogância, não devo dirigir--me para o oposto, não devo ser distraído pelo esforço de mudar ou até mesmo pelo esforço de tentar compreender *o que é*. Se sou arrogante, o que acontece? Se não puser um nome a essa arrogância, ela cessa; o que quer dizer que no próprio problema reside a resposta, e não fora dele.

Não é uma questão de aceitar *o que é;* não se aceita *o que é;* não temos de aceitar que somos escuros ou claros de pele, porque isso é um facto; só quando tentamos tornar-nos *em* outra coisa, é que há aceitação. No momento em que reconhecemos o facto, ele deixa de ter qualquer significado; mas a mente, que é treinada para pensar em termos de passado ou de futuro, que é treinada para fugir em várias direcções, é incapaz de compreender *o que é*. Sem compreendermos *o que é*, não somos capazes de encontrar o que é verdadeiro, e sem essa compreensão a vida não tem qualquer sentido; a vida é assim uma constante batalha, enquanto a dor e o sofrimento continuam. Aquilo que é verdadeiro só pode ser compreendido através da compreensão de *o que é*. Ele não pode ser compreendido se houver qualquer condenação ou identificação. A mente que está sempre a condenar ou a identificar não está apta a compreender; ela só pode compreender aquilo dentro do qual está presa. A compreensão de *o que é*, o estar-se atento a *o que é* revela níveis muito profundos, nos quais residem a Realidade, a Felicidade e a Alegria.

19

SOBRE A PRECE E A MEDITAÇÃO

Pergunta: Não será o desejo expresso na prece um caminho para Deus?

Krishnamurti: Antes de tudo, vamos examinar os problemas contidos nesta questão. Nela estão implicadas a prece, a concentração e a meditação. O que queremos dizer com «prece»? Primeiro, na prece há um pedido, uma súplica dirigida àquilo a que chamamos Deus, Verdade. Cada um pede, requer, implora, procura orientação de alguém a que chama Deus; portanto, a abordagem é a de alguém à procura de recompensa ou de gratificação. Estamos em apuros, nacional ou individualmente, e rezamos por uma orientação; ou estamos confusos, e imploramos por clarificação, por ajuda a alguém a quem chamamos Deus. Nisto está implícito que esse Deus, seja o que esse Deus for — não vamos discutir isso por agora — vai limpar toda a confusão que nós criámos. Afinal, fomos nós que gerámos a confusão, a infelicidade, o caos, a terrível tirania, a falta de amor, e queremos que esse a quem chamamos Deus venha limpar tudo isso. Por outras palavras, queremos que a nossa confusão, infelicidade, sofrimento, conflito, sejam extintos por outro alguém; pedimos a outro que nos traga luz e felicidade.

Mas quando rezamos, quando imploramos, quando pedimos qualquer coisa, isso geralmente concretiza-se. Quando pedimos, recebemos; mas o que se recebe não criará ordem, porque o que se recebe não traz clareza, compreensão. Isso apenas satisfaz, concede gratificação mas não cria compreensão, porque quando se pede, recebe-se aquilo que se projecta. Como pode a Verdade, Deus, responder à nossa exigência privada? Poderá o Imensurável, o Indizível estar preocupado com os nossos pequenos problemas, infelicidades, confusões, que nós próprios criamos? Assim, o que é que responde? Claro que o Imensurável não pode responder àquilo que é limitado, ao superficial, à pequenez. Mas, o que é que responde? No momento de rezarmos estamos mesmo em silêncio,

num estado de receptividade; então o nosso subconsciente produz uma luz momentânea. Queremos algo, ansiamos por algo e nesse momento de desejo, de servil imploração, estamos muito receptivos; a nossa mente activa e consciente está relativamente serena e assim o inconsciente projecta-se a si mesmo, e conseguimos uma resposta. Não é seguramente uma resposta vinda da Realidade, do Imensurável — é o nosso próprio inconsciente a responder. Portanto, não nos confundamos pensando que, quando a nossa prece é respondida, nós estamos em ligação com a Realidade. *A Realidade é que vem a nós;* nós não podemos chegar a ela.

Nesta questão da prece há um outro factor envolvido: a resposta do que chamamos «voz interior». Como já disse, quando a mente suplica, pede, está relativamente serena; quando ouvimos a voz interior, trata-se da nossa própria voz projectando-se a si mesma nessa mente mais ou menos tranquila. Como poderá ela ser a voz da Realidade? A mente que está confusa, que é ignorante, que se apega, que exige, como pode ela compreender a Realidade? A mente só pode receber a Realidade quando está totalmente tranquila, não pedindo, não se agarrando, não desejando, não solicitando, seja para o país, seja para si própria ou para outro alguém. Quando a mente está totalmente serena, quando o desejo cessa, só então a Realidade se manifesta. A pessoa que pede, que suplica, que anseia por orientação, encontrará aquilo que busca, mas isso não será a Verdade. Aquilo que ela recebe será a resposta dos níveis inconscientes da sua própria mente que se projectam a si próprios para dentro do consciente; essa calma e pequena voz que se dirige a nós não é real, é apenas a resposta do inconsciente.

Neste problema da oração há também a questão da concentração. Para muitos, a concentração é um processo de exclusão. A concentração consegue-se através do esforço, da compulsão, da orientação, da imitação, e desse modo a concentração é um processo de exclusão. Estou interessado na chamada meditação, mas os meus pensamentos distraem-me, portanto fixo a minha mente numa fotografia, numa imagem, numa ideia e excluo todos os outros pensamentos. Este processo de concentração, que é exclusão, é visto como um meio de meditação. É o que fazemos, não é? Quando nos sentamos a meditar, concentramos a mente numa palavra, numa imagem ou numa gravura, mas a mente vagueia por todo o lado. Há a constante interrupção por parte de outras ideias, pensamentos, emoções, e tentamos empurrá-los para

longe; passamos o tempo guerreando com os nossos pensamentos. A este processo chamamos meditação. Isto é, tentamos concentrar-nos em algo em que não estamos interessados, e os nossos pensamentos continuam a multiplicar-se, a aumentar, a interromper, e assim gastamos a nossa energia a excluir, a desviar, a empurrar; só porque podemos concentrar-nos num pensamento escolhido, num determinado objecto, pensamos que finalmente tivemos sucesso na meditação. Seguramente que isso não é meditação, não é verdade? A meditação não é um processo de exclusão — exclusão no sentido de afastar, construindo-se uma barreira contra ideias invasoras. A oração não é meditação e a concentração, sendo exclusão, não é meditação.

O que é a meditação? Concentração não é meditação porque onde há interesse egocêntrico é comparativamente mais fácil a concentração em alguma coisa. Um general que planeia uma guerra, uma carnificina, consegue estar muito concentrado. Um homem de negócios, para ganhar dinheiro, fica muito concentrado — ele poderá até ser duro pondo de lado outros sentimentos, e concentrar-se completamente naquilo que quer. Alguém que se interesse por alguma coisa consegue natural e espontaneamente concentrar-se. Esta concentração não é meditação, é mera exclusão.

Assim, o que é meditação? Seguramente que meditação é compreensão — meditação do coração é compreensão. Como poderá haver compreensão se houver exclusão? Como poderá haver compreensão quando existe um pedido, uma súplica? Na compreensão há paz, há liberdade; daquilo que compreendemos ficamos libertos. A simples concentração, ou rezar, não traz compreensão. A compreensão é a própria base da meditação, é o processo fundamental da meditação. Ninguém tem de aceitar as minhas palavras, mas se examinarmos a prece e a concentração com muito cuidado, profundamente, ficaremos a saber que nenhuma delas conduz à compreensão. Elas simplesmente conduzem à obstinação, à fixação, à ilusão. É a meditação, na qual há compreensão, que gera liberdade, luz e integração.

Então, o que queremos dizer com «compreensão»? Compreensão quer dizer dar o correcto significado, o correcto valor a todas as coisas. Ser ignorante é atribuir valores errados; a própria natureza da estupidez é a falta de compreensão dos valores correctos. A compreensão acontece quando há valores correctos,

quando estes se estabelecem. E como vamos nós estabelecer valores correctos — o valor correcto daquilo que se possui, o valor correcto do relacionamento, o valor correcto das ideias? Para que os valores correctos existam temos de compreender o pensador, aquele que pensa, não é assim? Se eu não compreender aquele que pensa, *que sou eu*, aquilo que escolher não tem qualquer significado; isto é, se não me conhecer a mim mesmo, então, a minha acção, o meu pensamento não tem quaisquer alicerces. Portanto, o autoconhecimento é o começo da meditação — não o conhecimento que se retira dos livros, de autoridades, de gurus, mas o conhecimento que se constrói através do autoquestionamento, o qual é compreensão de si mesmo. Meditação é o princípio do autoconhecimento, e sem autoconhecimento não há meditação. Se não compreender os caminhos dos meus pensamentos, dos meus sentimentos, se não compreender os meus motivos, os meus desejos, as minhas exigências, a minha prática de padrões de acção, que são ideais — se não me compreender a mim mesmo, não há uma base sólida para o pensamento; aquele que pensa e meramente pede, reza ou exclui, sem se compreender a si mesmo, vai cair inevitavelmente em confusão, em ilusão.

O começo da meditação é o autoconhecimento, que é estar-se atento a todo o momento ao movimento do pensamento e do sentir, conhecendo todos os níveis da consciência, não apenas os níveis superficiais, mas os ocultos, as actividades dissimuladas mais profundas. Para conhecermos essas actividades, os motivos escondidos, as reacções, os pensamentos e os sentimentos, tem de haver tranquilidade na mente consciente; isto é, a mente consciente tem de estar serena, para que possa receber a projecção do inconsciente. A mente superficial e consciente está ocupada com as suas actividades diárias, com o ganhar a vida, com o enganar os outros, explorando os outros, fugindo — todas estas são as actividades da nossa existência. Essa mente superficial tem de compreender o significado correcto das suas próprias actividades e desse modo encontrar tranquilidade por si mesma. Não pode encontrar essa tranquilidade, essa quietude, através de métodos, por compulsão ou por disciplina. Ela atinge a tranquilidade, a paz, a quietude, apenas pela compreensão das suas próprias actividades, pela observação dessas ideias, pela atenção a elas, vendo a sua crueldade, o modo como se fala a um empregado, à mulher, à filha, à mãe, etc. Quando a mente superficial e cons-

ciente está atenta a todas as suas actividades, através da compreensão ela torna-se espontaneamente aquietada, não drogada pela compulsão ou manipulada pelo desejo; está então em posição de receber a mensagem, os sinais do inconsciente, vindos dos muitos e ocultos níveis da mente — os instintos raciais, as memórias enterradas, as perseguições dissimuladas, as feridas profundas ainda por cicatrizar. Só então, quando tudo já se projectou e foi compreendido, quando toda a consciência se livrou dos fardos, das feridas, de qualquer memória, é que a mente está em condições de receber o Eterno.

Meditação é autoconhecimento, e sem autoconhecimento não existe meditação. Se não estivermos atentos a todas as nossas reacções, em todos os momentos, se não estivermos completamente conscientes, completamente conhecedores das nossas acções diárias, o simples acto de nos fecharmos numa sala e de nos sentarmos em frente de uma imagem do nosso guru, do nosso Mestre, para meditar, é uma fuga, porque sem autoconhecimento não há pensamento correcto, e sem pensamento correcto o que fizermos não terá significado, mesmo que a nossa intenção seja nobre. Deste modo, a prece não tem nenhum significado se não houver autoconhecimento, mas quando há autoconhecimento há pensamento correcto e por conseguinte acção correcta. Quando existe acção correcta, não há confusão e portanto não há nenhuma súplica a alguém pedindo que nos salve. Aquele que está completamente atento, está em meditação; não reza, porque não deseja nada. Através da oração, através de regras, através da repetição e de tudo o mais, podemos produzir alguma serenidade, mas isso é mera monotonia, que reduz a mente e o coração a um estado de lassidão. Isso é drogar a mente; a exclusão, a que chamamos concentração, não conduz à Realidade — nenhuma exclusão alguma vez o fará. O que gera compreensão é o autoconhecimento, e não é difícil estar-se atento quando existe intenção correcta. Se estamos interessados em descobrir o processo global relativo à totalidade do nosso ser — não apenas superficialmente mas todo o processo do nosso ser — então isso é comparativamente mais fácil. Se realmente nos queremos conhecer interiormente, vamos procurar todo o conteúdo do coração e da mente, para o conhecermos; quando temos a intenção de conhecer, esse conhecimento vai mesmo acontecer. E então poderemos acompanhar, sem condenação ou justificação, cada momento do

pensamento e do sentir; ao acompanharmos cada pensamento e cada sentir logo que surgem, fazemos com que se instale a tranquilidade, que não é forçada, que não é comandada, mas que é resultado de não se ter problemas, nem contradições. É como a água que num tanque se torna parada, quieta, num qualquer entardecer em que não há vento; quando a mente está espontaneamente aquietada, então acontece aquilo que é imensurável.

20

SOBRE A MENTE CONSCIENTE E INCONSCIENTE

Pergunta: A mente consciente é ignorante e tem medo da mente inconsciente. O senhor dirige-se principalmente à mente consciente; será isso suficiente? Trará o seu método uma libertação do inconsciente? Por favor, explique em detalhe como podemos enfrentar a mente inconsciente.

Krishnamurti: Sabemos que há uma mente consciente e uma mente inconsciente, mas muitos de nós funcionam apenas a nível do consciente, no limite superior da mente, e toda a nossa vida se limita praticamente a isso. Vivemos na chamada «mente consciente» e não prestamos atenção à mente inconsciente mais profunda, de onde ocasionalmente nos chega uma voz, um rumor; esse rumor é posto de lado, pervertido ou traduzido de acordo com as nossas exigências pessoais do momento. Ora, você pergunta: «O senhor dirige-se principalmente à mente consciente, mas será isso suficiente?» Vejamos o que queremos dizer por «mente consciente». Será a mente consciente diferente da mente inconsciente? Separamos o consciente do inconsciente; justifica-se esta divisão? Será isso verdadeiro? Haverá uma tal divisão entre o consciente e o inconsciente? Haverá uma barreira definitiva, uma linha onde o consciente acabe e o inconsciente comece? Sabemos que o nível superior, que é a mente consciente, está activo, mas será ele o único instrumento que está activo ao longo do dia? Se eu me dirigisse apenas ao nível superior da mente, então seguramente aquilo que digo não teria valor, não faria sentido. Contudo, a maioria de nós agarra-se ao que a mente consciente aceitou, porque a mente consciente acha que é conveniente ajustar-se a certos factos que são óbvios; mas o inconsciente pode revoltar-se, e muitas vezes o faz; por isso, existe conflito entre o consciente e o inconsciente.

Portanto, este é o nosso problema, não é verdade? De facto, só há um estado, não dois estados com os nomes de «consciente» e de «inconsciente»; existe apenas um estado de ser, que é a consciência,

mesmo que o dividamos em consciente e inconsciente. Mas essa consciência é sempre do passado, nunca do presente; somos apenas conscientes de coisas que já aconteceram. Só no segundo seguinte você vai estar consciente do que estou a tentar transmitir. Nunca estamos conscientes do agora. Reparemos nos nossos próprios corações e mentes, e veremos que a consciência funciona entre o passado e o futuro, e que o presente é uma mera passagem do passado para o futuro. A consciência é portanto um movimento do passado para o futuro.

Se olharmos a nossa mente em funcionamento, veremos que o movimento para o passado e para o futuro é um processo em que o presente *não está*. Ou o passado é um meio de fuga ao presente que pode ser desagradável, ou o futuro é uma esperança longe do presente. Assim, a mente fica ocupada com o passado ou com o futuro e desliga-se do presente. Isto é, a mente é condicionada pelo passado, condicionada por se ser indiano, brâmane, não-brâmane, cristão, budista, etc., e essa mente condicionada projecta-se a si mesma no futuro; deste modo, ela nunca é capaz de olhar directamente e imparcialmente para qualquer facto. Ela, ou condena e rejeita o facto, ou aceita e identifica-se com o facto. Essa mente é obviamente incapaz de ver qualquer facto como sendo um facto. É este o estado da consciência que é condicionada pelo passado, sendo o nosso pensamento a resposta condicionada ao desafio de um facto; quanto mais respondermos de acordo com o condicionamento da crença, do passado, mais fortalecido fica o passado. Este fortalecimento do passado gera obviamente a continuidade desse mesmo passado, a que ele chama «futuro». Portanto, é este o estado da nossa mente, da nossa consciência — um pêndulo oscilando para trás e para a frente entre o passado e o futuro. É esta a nossa consciência, constituída não apenas pelos níveis mais superficiais da mente mas também pelos níveis mais profundos. Tal consciência obviamente não pode funcionar a um outro nível, porque ela só conhece esses dois movimentos que são para trás e para a frente.

Se olharmos cuidadosamente, veremos que não se trata de um movimento constante mas que há um intervalo entre dois pensamentos; ainda que seja uma fracção infinitesimal do segundo, há um intervalo que tem significado na oscilação para trás e para a frente do pêndulo. Vemos o facto de que o nosso pensamento, sendo condicionado pelo passado, é projectado para

o futuro; no momento em que admitimos o passado, temos de admitir também o futuro, porque não existem dois estados, passado e futuro, mas sim um estado que inclui o consciente e o inconsciente, o passado colectivo e o passado individual. O passado colectivo e o passado individual, em resposta ao presente, produzem certas respostas que criam a consciência individual; por conseguinte, a consciência é passado e isso é o fundo (*background*) da nossa existência. No momento em que temos o passado, temos inevitavelmente o futuro, porque o futuro é a mera continuidade do passado modificado, mas é ainda o passado; assim, o nosso problema é como provocar uma transformação neste processo ligado ao passado, sem criarmos um outro condicionamento, um outro passado.

Colocando de uma maneira diferente, a questão é esta: muitos de nós rejeitam uma determinada forma de condicionamento e encontram uma outra forma, um condicionamento mais «alargado», mais «significativo» ou mais «agradável». Desistimos de uma religião e tomamos outra, rejeitamos uma forma de crença e aceitamos outra. Tal substituição é obviamente não compreender a vida, já que a vida é relação. O nosso problema é: como havemos de libertar-nos de todo o condicionamento? Ou afirmamos que é impossível, que nenhum humano é alguma vez capaz de se libertar do condicionamento, ou começamos a experimentar, a inquirir, a descobrir. Se afirmarmos que é impossível, claro que ficaremos fora da corrida. A nossa afirmação pode estar baseada em experiências limitadas ou «alargadas», ou na mera aceitação de uma crença, mas tal afirmação é a negação da busca, da investigação, do questionamento, da descoberta. Para descobrirmos se é possível à mente libertar-se completamente de todo o condicionamento, temos de estar livres para investigar e descobrir.

E eu digo que é absolutamente possível a mente libertar-se de todo o condicionamento — mas não devem aceitar a minha autoridade. Se aceitarem com base na autoridade, nunca vão descobrir, será uma outra substituição, e isso não tem qualquer sentido. Quando digo que é possível, digo-o porque, para mim, é um facto, e posso mostrá-lo verbalmente a você; se você quiser encontrar a verdade disso, por você mesmo, tem de o acompanhar e de o experienciar.

A compreensão de todo o processo de condicionamento não se dá através da análise da introspecção, porque no momento em que surge

o analisador, esse mesmo analisador faz parte do fundo (*background*) e portanto a sua análise não tem nenhum significado. Isto é um facto, e temos de o pôr de lado. O analisador que examina, que analisa aquilo que está a observar, faz ele próprio parte do estado condicionado, por conseguinte qualquer que seja a sua interpretação, o seu entendimento, a sua análise, isso ainda faz parte do passado. Portanto, dessa maneira não há nenhum escape, e é essencial quebrarmos o passado porque, para se encontrar com o desafio do novo, a mente tem de ser nova; para descobrir Deus, a Verdade, a mente tem de estar nova, não contaminada pelo passado. Analisar o passado, chegar a conclusões através de várias experiências, fazer declarações, negações e tudo o resto, implica essencialmente a continuação do passado sob diferentes formas; quando virmos a verdade deste facto, descobriremos que o analisador acabou. Então, não haverá nenhuma entidade separada do passado: haverá apenas pensamento como passado, pensamento sendo a resposta da memória, tanto consciente como inconsciente, tanto individual como colectiva.

A mente é o resultado do passado, o qual é um processo de condicionamento. Como é possível à mente libertar-se? Para se libertar, a mente deve não só ver e compreender a sua oscilação pendular entre o passado e o futuro mas também estar atenta ao intervalo entre pensamentos. Este intervalo é espontâneo, não é conseguido através de qualquer causa, desejo ou compulsão.

Se olharmos com muito cuidado, veremos que apesar da resposta, do movimento do pensamento parecer tão veloz, há espaço, há intervalos entre os pensamentos. Entre dois pensamentos há um período de silêncio que não está relacionado com o processo de pensar. Se observarmos, veremos que esse período de tempo, esse intervalo não pertence ao tempo, e a descoberta desse intervalo, a sua total experienciação liberta-nos do condicionamento — ou antes, não liberta o «eu», mas há uma libertação do condicionamento. Portanto, a compreensão do processo de pensar é meditação. Estamos agora não apenas a falar da estrutura e do processo do pensamento, que é o campo de fundo da memória, da experiência, do conhecimento, mas estamos também a tentar descobrir se a mente se pode libertar a si mesma do passado. Só quando a mente não está a dar continuidade ao pensamento, quando ela está quieta, com uma quietude que não é provocada, que não é causal — só então poderemos libertar-nos do fundo (*background*).

21
SOBRE O SEXO

Pergunta: Sabemos que o sexo é uma necessidade física a que não podemos escapar, mas parece ser ele a raiz causadora de caos na vida pessoal da nossa geração. Como podemos nós lidar com este problema?

Krishnamurti: Por que será que tudo aquilo em que tocamos se torna um problema? De Deus fizemos um problema, do amor fizemos um problema, do relacionamento e do viver fizemos um problema, e do sexo fizemos um problema. Porquê? Por que será que tudo o que fazemos é um problema, um horror? Por que sofremos? Por que se torna o sexo um problema? Por que nos submetemos a viver com problemas, por que não lhes pomos um fim? Por que não morremos para os nossos problemas, em vez de os carregarmos dia após dia, ano após ano? O sexo é decerto uma questão relevante mas há uma outra questão primeiro: por que fazemos da vida um problema? Trabalhar, sexo, ganhar dinheiro, pensar, sentir, experienciar — tudo o que diz respeito ao viver — , por que é tudo isto um problema? Não será porque essencialmente pensamos sempre a partir de um determinado ponto de vista, de um ponto de vista rígido? Pensamos sempre a partir de um centro para uma periferia, mas a periferia é o centro para a maioria de nós, e assim tudo o que tocamos é superficial. Mas a vida não é superficial; ela exige ser vivida de um modo completo, e porque estamos a viver superficialmente, apenas conhecemos a reacção superficial. Tudo o que fazemos na periferia cria inevitavelmente problemas; e isto é a nossa vida: vivemos no superficial e estamos contentes por viver nele, com todos os problemas do superficial. Os problemas existem enquanto vivermos no superficial, na periferia, sendo a periferia o «eu» e a suas sensações, que podem ser exteriorizadas ou transformadas em subjectivas, que podem ser identificadas com o universo, com o país ou com qualquer outra coisa elaborada pela mente.

Enquanto vivermos dentro do campo da mente, haverá complicações, problemas; isto é tudo o que sabemos. Mente é sensação, é resultado de sensações e de reacções acumuladas, e tudo o que ela toca provoca infelicidade, confusão e problemas sem fim. A mente é a verdadeira causa dos nossos problemas, a mente que funciona mecanicamente noite e dia, consciente e inconscientemente. A mente é a coisa mais superficial que há, e gerações após gerações temos passado as nossas vidas a cultivar a mente, fazendo-a mais e mais esperta, mais e mais subtil, mais astuta, mais desonesta, mais retorcida, com tudo isto a notar-se em cada actividade da nossa vida. A própria natureza da nossa mente é ser desonesta, retorcida, incapaz de enfrentar os factos, e é ela que cria os problemas, *ela própria é um problema.*

O que é que entendemos por «problema do sexo»? Será que é o acto em si, ou será antes o pensamento sobre o acto? Seguramente que não é o acto. O acto sexual não é nenhum problema para nós, não é maior problema do que o comer, mas se *pensarmos* durante todo o dia sobre o comer ou outra coisa qualquer, porque não temos mais nada em que pensar, isso torna-se um problema. O problema estará no acto sexual, ou no pensarmos acerca do acto? E por que é que pensamos no acto? Por que é que elaboramos mentalmente tanto sobre o assunto, que é o que de facto fazemos? O cinema, as revistas, as novelas, a maneira como as mulheres se vestem, tudo enche o nosso pensamento de sexo. Por que é que a mente se deixa encher, por que é que a mente pensa acerca do sexo? Porquê? Por que é que o sexo se tornou um assunto central nas nossas vidas? Quando há tantas coisas a chamar-nos, a exigirem a nossa atenção, damos total atenção ao pensamento sexual. Que se passa? Por que é que as nossas mentes estão tão ocupadas com sexo? Porque é o derradeiro escape, não é verdade? É um meio de completo auto-esquecimento. Nesse momento, podemos esquecer-nos de nós mesmos — não temos outro modo de nos esquecermos de nós mesmos. Tudo o mais que fazemos na vida dá ênfase ao «eu». Os nossos negócios, a nossa religião, os nossos deuses, os nossos líderes, as nossas acções políticas e económicas, as nossas fugas, as nossas actividade sociais, a nossa pertença a um partido e a nossa rejeição de outro partido — tudo dá importância e fortalece o «eu». Isto é, há apenas um acto (o sexual) no qual o «eu» não tem muita importância, e isso torna-se um problema, não é assim?

Quando há somente uma coisa na nossa vida que é uma avenida para uma última fuga, para um total esquecimento de si mesmo, ainda que por poucos segundos, agarramo-nos a essa coisa por que é o único momento em que somos felizes. Tudo o mais em que tocamos se transforma em pesadelo, em fonte de sofrimento e de dor, portanto agarramo-nos àquilo que nos dá auto-esquecimento, a que chamamos «felicidade». Mas quando nos agarramos a isso; ele também se torna um pesadelo, porque depois queremos libertar-nos, não queremos ser escravos do sexo. E inventamos, de novo a partir da mente, a ideia de castidade, de celibato, e tentamos ser celibatários, ser castos, através da repressão, sendo tudo isso operações da mente a querer separar-se do facto. Mais uma vez, isto dá particular ênfase ao «eu», que tenta ser «outra coisa», e assim ficamos presos a problemas, a complicações, a esforços, a mágoas.

O sexo torna-se um problema extraordinariamente difícil e complexo se não compreendermos a mente que pensa sobre o problema. O acto em si nunca pode ser um problema, mas pensar sobre o acto cria o problema. O acto está garantido; vivemos desregradamente ou casamos, transformando a nossa mulher em «prostituta», o que aparentemente é muito «respeitável», e ficamos satisfeitos com as coisas assim. Claro que o problema só pode ser resolvido quando compreendermos todo o processo e estrutura do «eu» e do «meu»: a «minha» mulher, o «meu» filho, a «minha» propriedade, o «meu» automóvel, a «minha» realização, o «meu» sucesso; enquanto não compreendermos e não resolvermos tudo isso, o sexo, como problema, permanecerá. Enquanto formos ambiciosos, tanto política como religiosamente, ou de qualquer outra forma, enquanto dermos muita importância ao «eu», ao que se pensa, ao experienciador, alimentando-o com ambição, seja em nome próprio, em nome do país, do partido, de uma ideia a que chamamos religião — enquanto houver esta actividade de expansão do «eu», teremos problemas com o sexo. Construímo-nos, alimentamo-nos, expandimo-nos a nós mesmos, por um lado; por outro tentamos esquecer-nos, perder-nos, nem que seja por um breve momento. Como podem os dois aspectos existir juntos? A nossa vida é uma contradição; ampliamos o «eu», e esquecemos o «eu». O sexo não é um problema; o problema está na contradição que há na nossa vida; e a contradição não pode ser ligada por uma ponte utilizando-se a mente, porque

a mente, ela própria, é *contradição*. A contradição apenas pode ser compreendida quando conhecemos por completo todo o processo da nossa existência diária. Ir ao cinema e ver mulheres no ecrã, ler livros que estimulam o pensamento, comprar revistas com corpos seminus, que é a nossa maneira de ver as mulheres, trocar olhares furtivos — todas estas coisas encorajam a mente, através de meios enganadores, a reforçar o «eu»; e ao mesmo tempo tentamos ser gentis, amorosos, ternos. Os dois aspectos não podem andar juntos. O homem que é ambicioso, espiritualmente ou de outra forma, tem sempre problemas, porque os problemas só cessam quando o «eu» é esquecido, quando o «eu» não existe, e este estado de não existência do «eu» não é um acto de vontade, não é uma mera reacção. O sexo torna-se uma reacção; quando a mente tenta resolver o problema, ela torna-o ainda mais confuso, mais complicado, mais doloroso. O acto sexual não é problema, mas sim a mente, a mente que afirma que temos de ser castos. A verdadeira castidade não pertence à mente. A mente apenas pode reprimir as suas próprias actividades, e repressão não é castidade. Castidade não é virtude, não pode ser cultivada. Aquele que cultiva a humildade não é seguramente um homem humilde; ele pode chamar humildade ao seu orgulho, mas de facto ele é um homem orgulhoso, e é por isso que ele procura ser humilde. O orgulho nunca pode tornar-se humildade, e a castidade não é uma coisa da mente — não podemos *tornar--nos* castos. Só conheceremos a castidade quando houver amor, e o amor não pertence nem é uma coisa da mente.

Portanto, o problema do sexo, que tortura tanta gente por todo o mundo, não pode ser resolvido até a mente ser compreendida. Não podemos pôr um fim ao pensamento, mas o pensamento cessa quando o pensador também cessa; e o pensador apenas cessa quando há uma compreensão de todo o processo. O medo surge quando há divisão entre o pensador e o seu pensamento; quando não há pensador, então não há conflito no pensamento. Aquilo que está implícito não precisa de esforço para ser compreendido. O pensador existe através do pensamento; então, aquele que pensa esforça-se por moldar, por controlar os seus pensamentos ou pôr-lhes um fim. O pensador é uma entidade fictícia, uma ilusão da mente. Quando há a compreensão do pensamento como um facto, então não existe necessidade de pensar acerca do facto. Se houver uma percepção simples e sem escolha, isso que está implícito no facto

começa a revelar-se por si mesmo. E portanto o pensamento, como facto, termina. E veremos que os problemas que consomem os nossos corações e mentes, os problemas da estrutura social podem ser solucionados. Então, o sexo não mais é um problema, ele passa a ter o seu lugar próprio, não é nem uma coisa pura nem uma coisa impura. O sexo tem o seu lugar; mas quando a mente lhe dá um lugar predominante, ele passa a ser um problema. A mente dá uma importância predominante ao sexo porque não pode viver sem alguma felicidade, e assim o sexo torna-se um problema; quando a mente compreende globalmente o seu processo, ele finda; quando o pensamento cessa, há criação, e é essa criação que nos faz felizes. Esse estado de criação é alegria profunda, porque ela é auto-esquecimento, no qual não existe nenhuma reacção vinda do «eu». Isto não é uma resposta abstracta aos problemas diários que têm a ver com o sexo — *é* a única resposta. A mente nega o amor, e sem amor não há castidade; e porque não existe amor, transformamos o sexo num problema.

22

SOBRE O AMOR

Pergunta: Que entende por amor?

Krishnamurti: Vamos descobrir tentando compreender o que o amor *não é*, porque, como o amor é o desconhecido, devemos chegar a ele libertos do conhecido. O desconhecido não pode ser descoberto pela mente que está cheia do conhecido. O que vamos fazer é descobrir o valor do conhecido, olhar o conhecido, e quando ele é simplesmente olhado, sem condenação, a mente fica livre; então, saberemos o que é o amor. Portanto, temos de nos aproximar negativamente do amor, não positivamente.

O que é o amor para a maior parte de nós? Quando dizemos que amamos alguém, o que queremos dizer? Queremos dizer que possuimos essa pessoa. Dessa posse nasce o ciúme, porque se eu a perder, o que acontece? Sinto-me esvaziado, perdido; portanto, legalizo essa posse; seguro a outra pessoa. Ao segurar-se, ao possuir-se essa pessoa, surgem o ciúme, o medo e todos os inumeráveis conflitos que começam na posse. Certamente que a posse não é amor.

Claro que o amor não é sentimento. Ser-se sentimental, ser--se emotivo não é sentir amor, porque o sentimentalismo e a emoção são meras sensações. Uma pessoa religiosa que chora por Jesus ou por Krishna, pelo seu guru ou por outra pessoa qualquer, é simplesmente sentimental, emotiva. Ela está mergulhada em sensação, que é um processo de pensamento, e pensamento não é amor. O pensamento é resultado da sensação; assim, a pessoa que é sentimental, que é emotiva, não pode possivelmente conhecer o amor. Não seremos nós emotivos e sentimentais? Sentimentalismo e emotividade são simplesmente formas de auto-expansão. Estar-se cheio de emoção não é obviamente ter amor, porque a pessoa sentimental pode muito bem ser cruel quando os seus sentimentos não estiverem a responder, quando os seus sentimentos não tiverem saída. Uma pessoa emotiva pode ser levada a cair no ódio, na guerra, na

carnificina. O ser humano sentimental, cheio de lágrimas pela sua religião, certamente não tem amor.

Perdoar, será amor? O que está implícito no amor? Alguém me insulta e eu fico magoado, lembro-me disso; depois, ou através da compulsão ou através do arrependimento, digo: «Está perdoado.» Primeiro, retenho, depois rejeito. O que quer isto dizer? Quer dizer que continuo a ser a figura central. Sou importante, sou eu quem perdoa a alguém. Enquanto existir a atitude de perdoar, sou eu quem é importante, não aquele que supostamente me insultou. Assim, quando acumulo ressentimento e depois rejeito esse ressentimento, a que chamamos perdão, isso não é amor. Aquele que ama não sente obviamente qualquer inimizade, e é indiferente à comiseração, ao perdão, à relação de posse, ao ciúme e ao medo; todas estas coisas não são amor, pertencem todas à mente, não é assim? Enquanto a mente for o árbitro, não existe amor porque a mente apenas arbitra através da posse e o seu trabalho é mera posse sob diferentes formas. A mente só corrompe o amor, ela não pode dar à luz o amor, ela não pode proporcionar a beleza. Podemos escrever um poema sobre o amor, mas isso não é amor.

Claro que não há amor quando não há verdadeiro respeito, quando não respeitamos o outro, que tanto pode ser o nosso empregado como o nosso amigo. Não repararam já que não somos respeitadores, gentis, generosos com quem nos serve, com os chamados «inferiores» a nós? Respeitamos aqueles que estão acima de nós, o patrão, o milionário, aquele que tem uma grande casa e um título, aquele que nos pode arranjar uma posição melhor ou um emprego melhor, alguém de quem podemos tirar proveito. Mas pontapeamos aqueles que estão socialmente abaixo de nós, temos para com eles uma linguagem diferente. Portanto, onde não há respeito, não há amor; onde não há compaixão, misericórdia, não há amor. Como a maior parte de nós está nesse estado, não temos amor. Não somos nem respeitadores, nem compassivos, nem generosos. Somos possessivos, cheios de sentimentalismo e de emoção, o que pode provocar assassínios, morte ou unificação à volta de uma qualquer disparatada e ignorante intenção. Assim, como pode haver amor?

Só podemos conhecer o amor quando todas essas coisas cessarem, quando tiverem um fim, quando não possuirmos, quando não formos meramente emotivos e devotados a um determinado ob-

jecto. Tal devoção é uma súplica em busca de algo sob forma diferente. Aquele que reza não conhece o amor. Dado que somos possessivos, que buscamos um objectivo, um resultado, através da devoção, da prece, que nos faz sentimentais, emotivos, naturalmente o amor não pode existir em nós; obviamente que não há amor quando não existe respeito. Podemos afirmar que respeitamos, mas o nosso respeito é pelo nosso superior, é um respeito que simplesmente tem origem no facto de querermos alguma coisa, é um respeito que vem do medo. Se *realmente* sentíssemos respeito, teríamos respeito pelos que estão «abaixo» de nós, assim como pelos que estão num nível social mais alto. Uma vez que não sentimos esse respeito, não há amor. Quão poucos de nós são realmente generosos, compassivos! Somos generosos quando isso nos traz lucros, somos compassivos quando vemos que isso nos beneficia pessoalmente. Quando isso desaparecer, deixar de ocupar a nossa mente, quando essas coisas da mente não ocuparem os nossos corações, então haverá amor; e só o amor pode transformar a presente loucura e insanidade que vai pelo mundo — e não os sistemas, as teorias ou os partidos. Só amamos realmente quando não possuimos, quando não somos invejosos, ambiciosos, quando somos respeitadores, quando somos compassivos, quando temos consideração pelas nossas mulheres, pelos nossos filhos, vizinhos e pelos desafortunados empregados que nos servem.

Não se pode pensar o amor, nem cultivá-lo, nem praticá-lo. A prática do amor, a prática da fraternidade está ainda dentro do campo da mente, portanto não é amor. Quando tudo isso terminar, então o amor acontece, então saberemos o que é amar. O amor não é quantitativo mas qualitativo. Não podemos dizer «amo todo o mundo», pois quando sabemos amar uma única coisa, sabemos amar o todo. Porque não sabemos amar uma única coisa, o nosso amor pela humanidade é fictício. Quando amamos, não há nem um nem muitos: *há apenas Amor*. Só quando há amor é que todos os nossos problemas podem ser solucionados, e então conheceremos a sua bênção e a sua felicidade.

23

SOBRE A MORTE

Pergunta: Que relação existe entre a morte e a vida?

Krishnamurti: Haverá uma divisão entre a vida e a morte? Por que olhamos a morte como algo separado da vida? Por que temos medo da morte? Por que razão existem tantos livros sobre a morte? Por que razão existe uma linha de demarcação entre a vida e a morte? Será real essa separação? Ou será a separação meramente arbitrária, uma coisa da mente?

Quando falamos de vida, queremos dizer que viver é um processo de continuidade no qual há identificação. «Eu e a minha casa», «eu e a minha mulher», «eu e a minha conta bancária», «eu e as minhas experiências passadas» — é isto que queremos dizer com viver, não é verdade? Viver é um processo de continuidade que usa, consciente ou inconscientemente, a memória, um processo onde há lutas várias, desavenças, incidentes, experiências, etc. A tudo isto chamamos vida; em oposição, há a morte, que põe um fim a tudo. Tendo nós criado o oposto, que é a morte, e tendo medo dela, ocupamo-nos a procurar uma relação entre a vida e a morte; se pudermos lançar uma ponte por cima da separação utilizando uma qualquer explicação, uma crença continuada no além, então ficaremos satisfeitos. Acreditamos na reincarnação ou numa outra qualquer forma de continuidade do pensamento, e tentamos estabelecer uma relação entre o conhecido e o desconhecido. Tentamos ligar o conhecido com o desconhecido e, desse modo pretendemos encontrar uma relação entre o passado e o futuro. É isso que fazemos, quando perguntamos se há alguma relação entre a vida e a morte, não é? Queremos saber como lançar a ponte entre o viver e o morrer — este é o nosso desejo fundamental.

Pode o fim, que é a morte, ser conhecido enquanto estamos vivos? Se pudermos saber o que é a morte enquanto estamos vivos, então não temos qualquer problema. E porque não podemos experienciar o desconhecido enquanto estamos vivos, fica-

mos com medo dele. O nosso esforço é estabelecer uma relação entre nós próprios, que somos resultado do conhecido, e o desconhecido, a que chamamos morte. Será que pode haver uma relação entre o passado e algo que a mente não pode conceber e a que chamamos morte? Por que separamos os dois? Não será porque a nossa mente só funciona dentro do campo do conhecido, dentro do campo do que é contínuo? Só nos conhecemos a nós mesmos como aqueles que pensam, como actores com determinadas memórias de infelicidade, de prazer, de amor, de afeição, com vários tipos de experiência; só nos conhecemos como sendo contínuos — de outro modo, não teríamos qualquer lembrança de sermos o que somos. Quando o que somos cessa, quando morre, há medo do desconhecido; portanto, queremos arrastar o desconhecido para dentro do conhecido, e todo o nosso esforço se resume a dar continuidade ao desconhecido. Isto é, não queremos conhecer a vida, que inclui a morte, mas queremos saber como continuar, e não como cessar. Não queremos conhecer a vida e a morte, só queremos saber como continuar, sem terminar.

Aquilo que continua não se renova. Não pode haver nada novo, criativo, naquilo que tem continuação — o que é muito óbvio. Só quando a continuidade termina é que há a possibilidade de existir aquilo que é sempre novo. Mas esse findar é que nos horroriza, e não somos capazes de ver que só no findar é que pode haver renovação, criatividade, o desconhecido — e não em carregarmos dia após dia as nossas experiências, memórias e desgraças. Só quando morremos em cada dia para tudo o que é velho, é que pode acontecer o *novo*. O *novo* não pode manifestar-se onde há continuidade — o *novo* é Criação, é o Desconhecido, é o Eterno, é Deus ou o que quisermos. A pessoa, a entidade contínua, que busca o Desconhecido, a Verdade, o Eterno, nunca encontrará, porque ela só pode encontrar aquilo que projecta para fora de si própria, e aquilo que é projectado não é verdadeiro. Só no findar, no morrer, pode o *novo* ser vivido; e aquele que procura encontrar uma relação entre a vida e a morte, para ligar o contínuo com aquilo que ele pensa estar mais além, vive num mundo fictício, que não é real, que é uma projecção sua.

Mas será possível, enquanto vivos, morrermos psicologicamente — o que significa chegarmos a um fim, ser nada? Será

possível, enquanto vivermos neste mundo, onde tudo se está tornando «cada vez mais» ou «cada vez menos», onde tudo é um processo de ascensão social, de realização pessoal, de sucesso, será possível neste mundo conhecermos a morte? Será possível pôr um fim às memórias — não à memória de factos, à memória do caminho para casa —, terminar com o apego interior ligado à memória da segurança psicológica, acabar com as memórias que acumulámos, que armazenámos e nas quais buscamos segurança, felicidade? Será possível pôr um fim a tudo isso — morrer todos os dias, para que possa acontecer uma renovação amanhã? Só nesse morrer, nesse chegar ao fim, onde se põe um ponto final na continuidade, há renovação, há a criação que é eterna.

24

SOBRE O TEMPO

Pergunta: Poderá o passado dissolver tudo de uma vez, ou invariavelmente é preciso tempo?

Krishnamurti: Somos resultado do passado. O nosso pensamento está enraizado no ontem e em muitos milhares de ontens. Somos resultado do tempo, e as nossas respostas, as nossas atitudes actuais são o efeito acumulativo de muitos milhares de momentos, incidentes e experiências. Portanto, o passado é, para a maioria de nós, o presente, o que é um facto inegável. Nós, os nossos pensamentos, acções, respostas são resultado do passado. A pessoa que faz a pergunta quer saber se o passado pode ser apagado imediatamente, não em termos de tempo, mas *imediatamente*; ou se o passado acumulativo requer tempo para que a mente se liberte no presente. É importante compreender a questão, que é esta: como cada um de nós é resultado do passado, com um fundo (*background*) composto por inumeráveis influências, em constante mudança e variação, será possível apagar esse fundo sem se passar pelo processo do tempo?

O que é o passado? O que entendemos por passado? Claro que não nos referimos ao passado cronológico. Referimo-nos certamente às experiências e respostas acumuladas, às memórias, tradições, conhecimentos, ao armazém subconsciente dos inúmeros pensamentos, sentimentos, influências e reacções. Com este fundo (*background*), não nos é possível compreender a Realidade, porque a Realidade não pertence ao tempo: é intemporal. Assim, não podemos compreender o intemporal com uma mente que é produto do tempo. O senhor também quer saber se é possível libertar a mente, ou se a mente, que é resultado do tempo, pode parar imediatamente; ou se temos de passar por uma longa série de exames e análises, para assim libertarmos a mente do seu fundo condicionador.

A mente *é* o fundo (*background*); a mente *é* o resultado do tempo; a mente *é* o passado, a mente *não é* o futuro. Ela projecta-

-se no futuro e usa o presente como uma passagem; assim, ela está ainda — faça o que fizer, qualquer que seja a sua actividade no presente, no passado ou no futuro — presa na teia do tempo. Será possível à mente cessar completamente, para que o processo do pensamento tenha um fim? Há obviamente muitos níveis na mente; aquilo a que chamamos «consciente» tem muitos níveis, com cada nível interrelacionado com outro nível, com cada nível dependendo de outro nível, em interacção; toda a nossa consciência não é apenas experimentação mas tem também como função dar nome, atribuir palavras e registar isso como memória. Tudo isto é o processo da consciência.

Quando nos referimos à consciência, não será que nos estaremos a referir à experimentação, à atribuição de nomes ou palavras a essa experiência e assim a armazená-la na memória? Tudo isso, em diferentes níveis, é a consciência. Poderá a mente, que é resultado do tempo, seguir através do processo de análise, passo após passo, para que possa libertar-se a si mesma do seu passado ou, por outro lado, será possível ela libertar-se *completamente* do tempo e olhar a realidade directamente?

Para nos libertarmos do fundo (*background*), muitos analistas afirmam que temos de examinar cada resposta, cada complexo, cada dificuldade, cada bloqueio, o que obviamente implica um processo temporal. Isto significa que o analisador tem de compreender o que está a analisar e que não deve enganar-se naquilo que analisa. Se ele se enganar naquilo que analisa, isso levá-lo-á a conclusões erradas e a estabelecer um outro fundo. O analisador terá de ser capaz de analisar os seus pensamentos e sentimentos sem o mais pequeno desvio; e não deverá perder nenhum dos passos da sua análise, porque dar um passo errado, ou chegar a uma falsa conclusão, é reestabelecer um fundo condicionador agora ao longo de uma linha diferente, num outro nível. E também surge o seguinte problema: será o analisador diferente daquilo que analisa? Não serão o analisador e a coisa analisada um fenómeno indivisível?

Claro que o experimentador e a experiência são um fenómeno unitário; eles não são dois processos separados; assim, primeiro que tudo vejamos a dificuldade que há em analisar. É quase impossível analisar todo o conteúdo da consciência e portanto libertarmo-nos através desse processo. Afinal, *quem* é o analisador? O analisador não é diferente, embora ele pense que o é.

daquilo que está a analisar. Ele pode separar-se daquilo que analisa, mas o analisador faz parte daquilo que analisa. Tenho um pensamento, sinto qualquer coisa — por exemplo, estou zangado. A pessoa que analisa a ira faz ainda parte da ira; portanto, o analisador e aquilo que é analisado são um fenómeno único, eles não são duas forças ou processos separados. A dificuldade em nos analisarmos, em nos descobrirmos, em olharmo-nos página após página, em observarmos cada reacção, cada resposta, é incalculavelmente forte e duradoura. Portanto, este não é o caminho para nos libertarmos do passado, não é verdade? Deve haver um caminho mais simples e directo, e isso é o que vamos ter de encontrar. Para que possamos descobrir, temos de rejeitar aquilo que é falso, e não continuarmos ligados a isso. Assim, a analise *não* é o caminho, e nós temos de nos libertar do processo analítico.

E o que é que nos sobra? Estamos habituados só à análise, não é? Sendo o observador e o observado um fenómeno conjunto, o observador que tente analisar aquilo que observa não se libertará do seu passado. Se isso assim for, e é mesmo assim, abandonamos esse processo, não é verdade? Se verificarmos que é um caminho errado, se percebermos, não meramente no plano verbal mas *de facto*, que é um processo falso, então o que acontece à nossa análise? Paramos de analisar, não é verdade? E ficamos com o quê? Olhemos, acompanhemos o que fica, e veremos como rapidamente nos libertamos das influências do passado. Se isso não for o caminho, então que outra coisa nos resta? Qual é o estado da mente que está habituada a analisar, a examinar, a avaliar, a dissecar, a tirar conclusões? Se esse processo pára, qual é o estado em que a mente fica?

Dizemos que a mente fica em branco. Avancemos para dentro dessa mente em branco. Por outras palavras, quando rejeitamos aquilo que sabemos ser falso, o que acontece à mente? Afinal, o que é isso que rejeitámos? Rejeitámos o processo falso que é produto do passado. Não será isso? Com um sopro, por assim dizer, desfizemos o processo na sua totalidade. Portanto, a nossa mente, quando rejeitamos o processo analítico com todas as suas implicações e o vemos como sendo falso, liberta-se do ontem, e assim é capaz de ver directamente, sem passar pelo processo do tempo, pondo imediatamente de lado o fundo (*background*).

Colocando toda a questão de maneira diferente: o pensamento é resultado do tempo, não é? O pensamento é resultado do meio que o rodeia, das influências sociais e religiosas, que fazem parte do tempo. Poderá o pensamento libertar-se do tempo? Isto é, o pensamento, que é resultado do tempo, pode ele parar e ficar liberto do processo temporal? O pensamento pode ser controlado, moldado; mas o controle do pensamento está ainda dentro do campo do tempo, e assim a nossa dificuldade é: como pode a mente, que é resultado do tempo, de milhares de ontens, libertar-se instantaneamente desse complexo campo do passado? Podemos ficar libertos, não amanhã, mas no presente, no agora. Isto só pode dar-se quando sabemos o que é falso; e o falso é obviamente o processo analítico, e esta é a única coisa que sabemos. Quando o processo analítico pára, não através da força, mas através da compreensão da falsidade inevitável desse processo, então descobriremos que a nossa mente está completamente dissociada do passado — o que não quer dizer que não reconheçamos o passado, mas a mente não tem comunhão directa com o passado. Assim, ela poderá libertar-se *imediatamente* do passado, e essa separação do passado, essa completa libertação em relação ao ontem, não cronologicamente mas psicologicamente, é possível; e é este o único modo de compreender a realidade.

Pondo a questão de maneira muito simples: quando queremos compreender algo, qual é o estado da nossa mente? Quando queremos compreender o nosso filho, quando queremos compreender alguém, uma coisa que alguém diz, qual é o estado da nossa mente? Nesse momento, não estamos a analisar, a criticar, a julgar o que o outro está a dizer, escutamos, não é verdade? A nossa mente está num estado onde o processo do pensamento não está activo mas está muito atento. Esta atenção não é temporal. Estamos simplesmente vigilantes, passivamente receptivos, e no entanto estamos num estado de completa atenção; e só nesse estado é que há compreensão. Quando a mente está agitada, questionando, preocupada, dissecando, analisando, não há compreensão. Quando existe a intensidade da compreensão, a mente fica obviamente tranquila. Claro que temos de experienciar isto, não o substituindo pelas minhas palavras, mas podemos ver que quanto mais analisamos menos compreendemos. Podemos compreender certos acontecimentos, certas experiências, mas o conteúdo total da consciência não pode ser esvaziado

através do processo analítico. Esse conteúdo só pode ser esvaziado quando vemos a falsidade da abordagem através da análise. Quando vemos o falso como falso, então começamos a ver aquilo que é verdadeiro; e a Verdade é que nos vai libertar do fundo (*background*).

25

SOBRE A ACÇÃO SEM IDEIA

Pergunta: Para que a Verdade chegue, o senhor é a favor da acção sem ideia. Será que é possível actuar, a todo o momento, sem uma ideia, isto é, sem um objectivo em vista?

Krishnamurti: Presentemente, que acção é a nossa? O que queremos dizer com acção? A nossa acção — aquilo que queremos fazer ou ser — é baseada na ideia, não é? Isto é tudo o que sabemos; temos ideias, ideais, promessas, várias fórmulas para sermos o que somos e o que não somos. A base da nossa acção é sermos recompensados no futuro ou termos medo de ser castigados. Sabemos isto, não sabemos? Tal actividade é isoladora, auto-enclausurante. Temos uma ideia de virtude e, de acordo com essa ideia, assim vivemos e agimos no relacionamento. Para nós, relacionamento, colectivo ou individual, é acção que se dirige a um ideal, à virtude, à auto-realização, etc.

Quando a minha acção é baseada num ideal, que é uma ideia, — por exemplo «Tenho de ser corajoso», «Tenho de seguir o exemplo», «Tenho de ser caridoso», «Tenho de ser socialmente consciente», etc. —, essa ideia molda e guia a minha acção. Todos dizemos «Há um exemplo de virtude que devo seguir»; o que quer dizer «Tenho de viver de acordo com o exemplo». Assim, a acção baseia-se nessa ideia. Entre acção e ideia há um espaço, uma divisão, há um processo temporal. É assim, não é? Por outras palavras, eu não sou caridoso, não sou terno, não há perdão no meu coração, mas sinto que devo ser caridoso. Portanto, há um intervalo entre o que somos e o que gostaríamos de ser; estamos sempre a tentar ligar os dois. Esta é a nossa actividade.

O que aconteceria se não existisse a ideia? De um só golpe, removeríamos o intervalo, não é verdade? *Seríamos o que somos.* Dizemos «Sou feio, tenho de me tornar bonito; o que devo fazer?», o que é acção baseada na ideia. Afirmamos: «Não sou compassivo, tenho de ser compassivo.» Assim, introduzimos a

ideia separada da acção. Portanto, nunca há verdadeira acção daquilo que somos mas sim acção baseada num ideal daquilo que havemos de ser. O homem estúpido está sempre a dizer que há-de tornar-se esperto. Senta-se a trabalhar nisso, esforçando--se por mudar; nunca pára, nunca diz «Sou estúpido». Portanto, a sua acção, sendo baseada numa ideia, não é deveras acção.

Acção significa fazer, mover-se. Mas quando temos uma ideia, isso é simples ideação em marcha, é o processo de pensamento a funcionar em relação à acção. Se não houver nenhuma ideia, o que acontecerá? *Somos o que somos*. Somos avarentos, não perdoamos, somos cruéis, estúpidos, insensatos. Será que podemos permanecer com isso? Se o conseguirmos, veremos o que acontecerá. Reconheço que sou avarento, estúpido — o que acontecerá quando me apercebo de que *sou* assim? Não haverá então generosidade, inteligência? Quando reconheço completamente a avareza, não verbalmente, não artificialmente, quando compreendo que sou avarento e antipático, nesse mesmo ver *aquilo que é* não haverá amor? Não me tornarei imediatamente generoso? Se vejo a necessidade de andar limpo, é simples: lavo-me. Mas se for um ideal eu andar limpo, então o que acontece? A limpeza será adiada ou então será superficial.

A acção baseada na ideia é muito superficial, não é acção verdadeira, é apenas ideação, que é simplesmente o processo do pensamento a funcionar.

A acção que nos transforma como seres humanos, que traz regeneração, redenção, transformação — chamemos-lhe o que quisermos —, tal acção não se baseia em ideias. É acção que não tem nada a ver com prémio ou punição. Tal acção é intemporal, porque a mente, que é um processo temporal, um processo que calcula, um processo que divide e isola, não pode entrar nessa acção. Esta questão não se resolve facilmente. Muitos de nós colocam questões e esperam uma resposta «sim» ou «não». É fácil pôr questões como «O que quer dizer...?», e depois sentarmo-nos e esperarmos pela explicação; mas é muito mais difícil descobrirmos a resposta por nós mesmos, entrando no problema tão profundamente, com tanta clareza, sem qualquer corrupção, que o problema deixa de existir. Isto só pode acontecer quando a mente está realmente em silêncio perante o problema. O problema, se o amarmos, é tão belo como um pôr

do Sol. Se formos antagonistas do problema, nunca o vamos compreender. Quase todos nós somos antagonistas dos problemas porque temos medo dos resultados, do que possa acontecer se avançarmos; assim, perdemos o significado e o alcance do problema.

26

SOBRE O VELHO E O NOVO

Pergunta: Quando escuto as suas palavras, tudo me parece claro e novo. Em casa, a velha e desinteressante insatisfação toma conta de mim. O que está errado em mim?

Krishnamurti: O que está presentemente a acontecer nas nossas vidas? Há constante desafio e resposta. Isto é existir, é viver — é desafio e resposta, constantemente. O desafio é sempre novo e a resposta é sempre velha. Por exemplo, encontrei-me ontem com alguém, e essa pessoa veio visitar-me hoje. Ela está diferente, está modificada, mudou, é nova; mas eu tenho a imagem de como ela era ontem. Portanto, eu mergulho o novo no velho. Não me encontro com esse alguém como se fosse a primeira vez porque tenho a sua imagem de ontem, assim a minha resposta ao desafio é sempre condicionada. Hoje, aqui, vamos deixar de ser brâmanes, cristãos, ou da casta «superior» ou do que quer que seja — vamos esquecer tudo. Vamos apenas escutar, absorver e tentar descobrir. Quando retomamos a nossa vida diária, tornamo-nos no nosso velho «eu» — voltamos ao nosso emprego, à nossa casta, ao nosso sistema, à nossa família. Por outras palavras, o novo está sempre a ser absorvido pelo velho, que o leva para dentro dos velhos hábitos, costumes, ideias, tradições, memórias. Nunca existe o novo, porque estamos sempre a levar o novo ao encontro do velho. O desafio é novo, mas fazemo-lo encontrar-se com o velho. O problema nesta questão é como libertar o pensamento do velho, de modo a que seja sempre o novo. Quando vemos uma flor, um rosto, o céu, uma árvore, um sorriso, como vamos nós encontrar-nos com isso como se fosse pela primeira vez? Por que será que não nos encontramos com isso como se fosse pela primeira vez? Por que será que o velho absorve o novo e o modifica? Por que é que o novo cessa quando sairmos daqui e formos para casa?

A resposta velha vem do pensador, daquele que pensa. Não será sempre velho aquele que pensa? Porque o nosso pensamento

se enraíza no passado, quando nos encontramos com o novo, é o pensador que está a encontrar-se com isso; a experiência do ontem encontra-se com o novo. O pensador é sempre velho. Assim, voltamos ao mesmo problema mas de um modo diferente. Como libertar a mente de si própria enquanto pensador? Como erradicar a memória, não a memória factual, mas a memória psicológica, que é acumulação de experiências? Sem nos libertarmos do resíduo da experiência, não pode haver recepção do novo. Libertar o pensamento, libertarmo-nos do processo de pensar e assim chegarmos ao novo, é algo muito difícil, não é? Porque todas as nossas crenças, tradições, métodos educativos são um processo de imitação, de reprodução, de memorização, construindo o reservatório da memória. Essa memória está constantemente a responder ao novo; à resposta dessa memória chamamos «pensamento», e esse pensamento encontra-se com o novo. Assim, como pode existir o novo? Só quando não há qualquer resíduo de memória, pode existir aquilo que é sempre novo, e há resíduo quando a experiência não se conclui; isto é, quando a compreensão da experiência é incompleta. Quando a experiência é completa, não fica resíduo — *esta é a beleza da vida*. O amor não é resíduo, o amor não é experiência, é um estado de ser. O amor é eternamente novo. Portanto, o nosso problema é: será que podemos encontrar constantemente o novo, até mesmo em nossa casa? Claro que podemos. Para isso suceder, temos de provocar uma revolução no pensamento, no sentir; só podemos ser livres quando cada incidente é pensado, momento a momento, quando cada resposta é compreendida totalmente, não meramente vista de uma forma casual e depois posta de lado. Há libertação em relação à memória acumulada apenas quando cada pensamento, cada sentir chegou ao fim, foi reflectido até à sua conclusão. Por outras palavras, quando cada pensamento e sentir chega ao fim, se conclui, há um cessar e abre-se um espaço entre esse cessar e o próximo pensamento. Nesse espaço de silêncio há renovação, e a criatividade, sempre nova, acontece.

Isto não é teórico, é praticável. Se tentarmos pensar cuidadosamente cada pensamento e cada sentir, descobriremos que é extraordinariamente aplicável à nossa vida diária e seremos então novos, e aquilo que é novo é eternamente durável. Ser novo é ser criativo, e ser criativo é ser feliz; o homem feliz não está preocupado por ser rico ou pobre, ele não se preocupa com o

nível a que pertence na sociedade ou de que casta ou país faz parte. Ele não tem líderes, deuses, templos, igrejas, inimigos e portanto não entra em disputas.

Seguramente que este é o caminho mais prático de resolvermos as nossas dificuldades neste caótico mundo. É por não sermos criativos, no sentido em que uso essa palavra, que somos tão anti-sociais em todos os diferentes níveis da nossa consciência. Para sermos muito práticos e efectivos nas nossas relações sociais, na nossa relação com tudo, temos de ser felizes; não pode haver felicidade se não há um findar, se há um constante processo de «vir a ser». No cessar há renovação, renascimento, há o novo, há frescura, há alegria.

O novo é absorvido pelo velho, com este a destruir o novo, enquanto houver um fundo (*background*), enquanto a mente do pensador for condicionada pelo pensamento. Para nos libertarmos do fundo, das influências condicionadoras da memória, tem de haver libertação em relação à continuidade. Há continuidade enquanto o pensamento e os sentimentos não cessarem completamente. Um pensamento fica completo quando o seguimos até à sua conclusão; dessa maneira, damos um fim a cada pensamento, a cada sentimento. O amor não é um hábito, uma memória; o amor é sempre novo. Só pode haver um encontro com o novo quando a mente é nova; e a mente não é nova enquanto houver resíduo da memória. A memória é factual, assim como também é psicológica. Não falo da memória factual mas da memória psicológica. Enquanto a experiência não for completamente compreendida, há resíduo, que é o velho, o ontem, aquilo que é o passado; o passado está sempre a absorver o novo e portanto a destruí-lo. Só quando a mente está liberta do velho é que ela se encontra com tudo como se fosse a primeira vez, e nisso há uma alegria imensa.

27

SOBRE O DAR NOME

Pergunta: Como pode alguém aperceber-se de uma emoção sem lhe dar nome ou pôr-lhe um rótulo? Se me apercebo de um sentimento, parece que sei o que é esse sentimento imediatamente a seguir ao seu aparecimento. Ou quer o senhor significar algo diferente quando diz «Não atribuam nome»?

Krishnamurti: Por que razão damos nome a tudo? Por que colamos rótulos a flores, a pessoas, ao que sentimos? Ou é para comunicar o que sentimos, para descrever uma flor, ou é para nos identificarmos com qualquer sentimento. Não será assim? Ponho um nome a qualquer coisa, a um sentir, para o comunicar. «Estou zangado.» Identifico-me com esse sentir, ou para o fortalecer, ou para o dissolver ou para fazer algo sobre ele. Damos um nome a qualquer coisa, a uma rosa, para comunicar isso aos outros; ou, ao dar-lhe um nome, pensamos que compreendemos essa flor. Dizemos «É uma rosa», olhamo-la rapidamente e continuamos em frente. Ao dar-lhe um nome, pensamos que a percebemos; classificamo-la e devido a isso pensamos que compreendemos todo o conteúdo e beleza dessa flor.

Ao darmos um nome a determinada coisa, nós meramente estamos a encaixá-la numa categoria, e pensamos que sabemos tudo acerca dela; não olhamos para essa coisa mais de perto. Se não lhe dermos um nome, somos forçados a olhar para ela. Da mesma maneira, aproximamo-nos de uma flor, ou do que quer que seja, como se fosse a primeira vez, com uma nova qualidade de observação; olhamos para a flor como se nunca o tivéssemos feito antes. Dar um nome é um modo muito conveniente de ordenar as coisas e os seres humanos — ao dizermos que estes são alemães, japoneses, americanos, hindus, estamos a pôr-lhes um rótulo. Se não pusermos um rótulo nas pessoas somos forçados a olhar para elas e assim será mais difícil matar alguém. Podemos destruir o rótulo com uma bomba e sentirmos que estamos certos, mas se não pusermos um rótulo e olharmos para a individualidade de cada

coisa — seja um ser humano, uma flor, um incidente ou uma emoção —, então somos levados a ter em conta a nossa relação com isso e com a acção que se segue. Assim, atribuir um nome ou pôr um rótulo é um meio muito conveniente de categorizar o que quer que seja, de evitar, de condenar ou de justificar. Este é um dos lados da questão.

Qual é o centro a partir do qual atribuimos nomes, qual é o centro que está sempre a pôr nomes a escolher, a rotular? Todos nós sentimos que há um centro a partir do qual actuamos, julgamos, nomeamos. Que centro *é* esse? Alguns gostariam de pensar que ele é essência espiritual, que é Deus ou o que se quiser. Vamos então descobrir que centro é esse, que dá nomes, que atribui palavras, que julga. Esse centro, esse núcleo é seguramente a memória, não é assim? É uma série de sensações identificadas e circunscritas — é o passado, que é dado à luz através do presente. Esse centro alimenta-se do presente utilizando nomes, rótulos, memória.

Veremos por agora, e à medida que o formos desvendando, que, enquanto esse centro existir, não pode haver qualquer compreensão. Só quando acontece a dissipação do centro é que existe a compreensão, porque afinal ele é memória; memória de várias experiências a que se deram nomes, etiquetas, identificações. Com essas experiências identificadas e etiquetadas, a partir do centro passa a haver aceitação e rejeição, decisão de estar ou não de acordo com as sensações, com os prazeres e com as mágoas que a memória fez da experiência. Portanto, esse centro *é* a palavra. Se não pusermos nome a esse centro, haverá centro? Isto é, se não pensarmos em termos de palavras, se não usarmos palavras, será que podemos pensar? O pensamento acontece através da verbalização; ou a verbalização começa em resposta ao pensamento. O centro é a memória de inumeráveis experiências verbalizadas ligadas ao prazer e à dor. Reparem em vocês, por favor, e verão que as palavras se tornaram muito mais importantes, que os rótulos se tornaram muito mais importantes do que a substância. Vivemos de palavras.

Para nós, palavras como «Verdade» e «Deus» tornaram-se muito mais importantes — ou antes o sentimento que essas palavras representam. Quando dizemos a palavra «americano», «cristão», «hindu», ou a palavra «ira» — nós *somos* a palavra que representa o sentir. Mas não sabemos o que é esse sentir, porque a *palavra* é que se tornou importante. Quando nos

chamamos a nós mesmos budistas, cristãos, o que é que a palavra significa, qual é o significado que está por detrás da palavra e que jamais examinámos? O nosso centro *é* a palavra, *é* o rótulo. Se o rótulo não for importante, se o que interessa é o que está por *detrás* do rótulo, então estamos em condições de investigar, mas se nos identificarmos com o rótulo e nos colarmos a ele, não podemos prosseguir. E nós *estamos* identificados com o rótulo: «a casa», «o nome», «a mobília», «a conta bancária», «as nossas opiniões», «os nossos estímulos». Somos todas estas coisas — sendo cada uma delas designada por um nome. As *coisas* tornaram-se importantes, e também os nomes, os rótulos; e portanto o centro *é* a palavra.

Se não há nenhuma palavra, nenhum rótulo, não há centro, não é verdade? Há uma dissolução, um vazio — não o vazio do medo, que é uma coisa completamente diferente. Há um sentir que não somos nada; por termos removido todos os rótulos, ou antes, por termos compreendido a razão por que colamos rótulos aos sentimentos e às ideias, somos completamente novos, não é assim? Deixa de haver centro a partir do qual actuamos. Estamos lá, mas houve uma transformação. Mas essa transformação é um pouco assustadora; portanto, não prosseguimos com o que ainda está implícito nela; ainda estamos a julgá-la, a decidir se gostamos ou não dela. Não vamos em frente com a compreensão do que está para surgir, e já estamos a julgar, o que quer dizer que temos um centro a partir do qual agimos. Assim, ficamos rígidos no momento em que julgamos, as palavras «gostar» e «não gostar» tornam-se importantes. Mas o que acontecerá quando não atribuimos nomes? Olhamos para uma emoção, para uma sensação mais directamente e portanto passamos a ter uma relação completamente diferente com ela, tal como temos com uma flor quando não lhe damos um nome. Somos *levados* a olhar como se fosse a primeira vez. Quando não atribuímos um nome a um grupo de pessoas, somos levados a olhar cada indivíduo no rosto e não a tratá-los como um amontoado de gente. Portanto, estaremos muito mais atentos, seremos mais observadores, mais compreensivos; teremos um sentido mais profundo de compaixão, de amor; mas se os tratarmos como fazendo parte da massa, está tudo acabado.

Se não pusermos rótulos, temos de ter em consideração cada sentimento logo que ele surja. Quando rotulamos, será o senti-

mento diferente do rótulo? Ou será que o rótulo desperta o sentimento? Por favor, pensem nisto. Quando rotulamos, muitos de nós intensificam o sentimento. O sentimento e o dar nome são instantâneos. Se houvesse um espaço entre o dar nome e o sentimento, então poderíamos descobrir se o sentimento é diferente do dar nome, e estaríamos em condições de lidar com o sentimento sem lhe colocar um nome.

O problema é este: por exemplo, como havemos de nos libertar de um sentimento a que damos o nome de «ira»? Não como subjugá-lo, sublimá-lo, reprimi-lo, o que é uma idiotice e uma imaturidade, mas como havemos de nos libertar realmente dele? Para nos libertarmos dele, temos de descobrir se a palavra é mais importante do que o sentimento. A palavra «ira» tem geralmente mais significado do que o próprio sentimento. Para realmente descobrirmos, tem de haver um intervalo entre o sentimento e o nome que se lhe dá. Esta é uma parte.

Se não der um nome a um sentimento, isto é, se o pensamento não funcionar meramente com palavras, ou se eu não pensar em termos de palavras, imagens ou símbolos, o que a maioria de nós faz — então, o que acontece? Certamente que nessa altura a mente não é o observador. Quando a mente não está a pensar em termos de palavras, símbolos, imagens, não há pensador separado do pensamento, que é a palavra. Então, a mente estará naturalmente aquietada, não é verdade? — não *forçada* a estar quieta, ela *está* quieta. Quando a mente está realmente quieta, então os sentimentos que se levantam podem ser tratados imediatamente. Só quando pomos nomes aos pensamentos, o que os reforça, é que os sentimentos têm continuidade; eles são empilhados no centro, onde depois lhes atribuímos mais rótulos, ou para os fortalecer ou para os comunicar.

Quando a mente não é mais o centro, nem o pensador é feito de palavras, de experiências passadas — que são memórias, etiquetas, tudo arrumado por categorias, em caixas —, quando a mente não está mais a fazer as coisas dessa maneira, então obviamente ela aquieta-se. Ela não interfere mais, nem tem um centro, que é o «eu» — «a minha casa», «a minha realização», «o meu trabalho» — que ainda são palavras dando ímpeto ao sentimento e portanto fortalecendo a memória. Quando nenhuma destas coisas está a acontecer, a mente está muito serena. Esse estado não é uma negação. Pelo contrário, para chegar a esse ponto,

temos de passar por tudo o que falámos, o que é uma enorme tarefa; não se trata de aprender meramente alguns conjuntos de palavras e repetir como um menino de escola — «não dar nome». Temos de atravessar todas as implicações da questão, para a experienciar, para ver como a mente funciona e assim chegar àquele ponto onde não mais damos nomes, o que quer dizer que deixará de haver um centro separado do pensamento. Seguramente que todo este processo é verdadeira meditação.

Quando a mente está realmente tranquila, então é possível que aquilo que é imensurável se manifeste. Qualquer outro processo, qualquer outra busca da Realidade é mera autoprojecção, é ineficaz e portanto falsa. Mas este processo é árduo e significa que a mente tem de estar constantemente atenta a tudo o que interiormente está a acontecer. Para chegar a esse ponto, não pode haver julgamento ou justificação desde o princípio até ao fim — não que esse ponto seja um fim. Não há fim, porque há algo que extraordinariamente está em movimento. Isto não é nenhuma promessa. Cada um que experiencie, que vá bem ao fundo dentro de si, até que todos os níveis do centro estejam dissolvidos, e nós podemos fazer isso rapidamente ou, pelo contrário, indolentemente. É extremamente interessante reparar no processo da mente, em como ela depende de palavras, em como as palavras estimulam a memória ou ressuscitam experiências mortas e lhes dão vida. Nesse processo, a mente vive, ou no futuro ou no passado. Portanto, as palavras têm um enorme significado, tanto neurologicamente como psicologicamente. E, por favor, não aprendam isto a partir de mim ou de um livro. Não podemos aprender estas coisas a partir de alguém ou descobri-las em algum livro. O que aprendemos ou encontramos num livro não é verdadeiro. Mas nós podemos experienciar, podemos observar-nos em acção e, no acto de pensar, como pensamos, podemos ver como rapidamente damos um nome a um sentimento assim que este surge — e se olharmos todo o processo, a mente libertar-se-á do seu centro. Então, a mente, estando quieta, pode receber aquilo que é eterno.

28

SOBRE O CONHECIDO E O DESCONHECIDO

Pergunta: A nossa mente apenas conhece o conhecido. O que é que em nós nos empurra para a descoberta do desconhecido, de Deus?

Krishnamurti: Será que a nossa mente se apressa na direcção do desconhecido? Haverá em nós uma urgência pelo desconhecido, por Deus? Por favor, pensemos nisto seriamente. Esta não é uma questão retórica, mas tentemos descobrir realmente. Haverá uma urgência interior em cada um de nós para encontrar o desconhecido? Haverá mesmo? Como podemos encontrar o desconhecido? Se não o conhecemos, como podemos nós encontrá-lo? Existirá uma atracção pela Realidade, ou será antes um simples desejo pelo conhecido expandido? Compreende o que quero dizer? Temos vindo a conhecer muitas coisas; elas não nos proporcionaram felicidade, satisfação, alegria. E agora desejamos «algo mais», que nos dará grande alegria, grande felicidade, grande vitalidade — o que se quiser. Poderá o conhecido, que é a minha mente — porque a minha mente *é* o conhecido, *é* o resultado do passado —, poderá essa mente buscar o desconhecido? Se eu não conhecer a Realidade — que é o desconhecido — como posso procurá-la? Claro que tem de ser o desconhecido a vir, não posso ser eu a ir à procura dele. Se eu for à sua procura, vou à procura de algo que é o conhecido, projectado por mim.

O nosso problema não é o que porventura existirá em nós e que nos empurra para a descoberta do desconhecido — isto é suficientemente claro. É o nosso desejo de estarmos mais seguros, de sermos mais permanentes, mais enraizados, mais felizes, de podermos escapar à confusão, à dor. Esta é que é a força que nos impulsiona. Quando há esse ímpeto, essa pressa, encontraremos uma fuga «maravilhosa», um refúgio «maravilhoso» — em Buda, em Cristo, ou nos *slogans* políticos e em tudo o resto. Isto não é a Realidade, isto não é o que não se pode conhecer, o des-

conhecido. Portanto, o impulso para o desconhecido tem de cessar, a procura do desconhecido tem de parar; o que quer dizer que tem de haver compreensão do conhecido acumulado, que é a mente. A mente tem de compreender-se a si mesma *como sendo* o conhecido, porque isso é tudo o que ela conhece. Não podemos pensar sobre algo que não conhecemos. Só podemos pensar sobre uma coisa que já conhecemos.

A nossa dificuldade é conseguir que a mente não continue *dentro* do conhecido; isto só pode acontecer quando a mente se compreende a si mesma, com todo o seu movimento a ter origem no passado, projectando-se através do presente em direcção ao futuro. É um movimento contínuo do conhecido; poderá esse movimento cessar? Ele só pode cessar quando o mecanismo do seu próprio processo é compreendido, quando a mente se compreende a si mesma e aos seus trabalhos, caminhos, propósitos, perseguições, exigências — não apenas as exigências superficiais mas também as interiores e os motivos. Esta é de facto uma tarefa difícil. Aquilo que vamos descobrir não vai estar num simples encontro ou numa palestra ou na leitura de um livro. Pelo contrário, será precisa uma constante atenção, uma constante percepção de cada movimento do pensamento — não apenas quando estamos acordados mas também quando estamos adormecidos. Terá de ser um processo global, não um processo esporádico e parcial.

A *intenção* também tem de ser correcta. Isto é, tem de se acabar com a ideia de que interiormente todos queremos o desconhecido. É uma ilusão pensarmos que todos estamos à procura de Deus — não estamos. Não temos que *procurar* a luz. Haverá luz quando não houver escuridão, e através da escuridão não podemos encontrar a luz. Tudo o que podemos fazer é remover as barreiras que dão origem à escuridão; e essa remoção depende da *intenção*. Se as removermos *com o objectivo* de vermos a luz, então não estamos a retirar nada, apenas estamos a substituir a palavra «luz» pela palavra «escuridão». Até mesmo olhar para além da escuridão é uma fuga em relação à escuridão.

Temos de considerar, não o que impulsiona, mas a razão por que há em nós uma tal confusão, tumulto, luta e antagonismo — as coisas estúpidas da nossa existência. Quando todas essas coisas não existirem, então *há* luz, não temos de a procurar. Quando a estupidez está ausente, há inteligência. Mas aquele que é estúpido

e que tenta tornar-se inteligente, continua a ser estúpido. A estupidez nunca pode ser transformada em sabedoria; só quando a estupidez cessa é que existe sabedoria, inteligência. O homem que é estúpido e que tenta *tornar-se* inteligente, sábio, nunca pode obviamente vir a ser inteligente. Para se conhecer a estupidez, temos de entrar nela, não superficialmente mas globalmente, completamente, profundamente; temos de penetrar em todos os diferentes níveis da estupidez; quando há a cessação da estupidez, então passa a existir a sabedoria.

Portanto, é importante descobrir, não se haverá algo «mais», algo «superior» ao conhecido que nos impulsiona para o desconhecido, mas sim ver o que existe em nós que gera confusão, guerras, diferenças de classe, vaidade, vontade de sermos famosos, acumulação de conhecimentos, fuga através da música, da arte, de muitos meios. Seguramente que é importante vermos as coisas tal como são e a nós mesmos tal como somos. A partir desse ponto, podemos prosseguir. Nessa altura, atirar fora o conhecido é comparativamente fácil. Quando a mente está em silêncio, quando não está mais a projectar-se a si mesma no futuro, querendo alguma coisa, quando ela está realmente quieta, profundamente em paz, então o desconhecido torna-se real. Não temos de ir à sua procura. Não podemos convidá-lo. Aquilo que podemos convidar é simplesmente aquilo que conhecemos. Não podemos convidar alguém que não conhecemos. Não conhecemos o Desconhecido, Deus, a Realidade. *Isso* é que vem. *Isso* só pode chegar quando o campo está em condições, quando o solo está preparado, mas se nós nos preparamos *para que* o Desconhecido venha, então não o chegaremos a ter.

O nosso problema não é como procurar o Desconhecido mas compreender o processo acumulativo da mente, que é sempre o conhecido. Esta tarefa é muito dura: ela exige atenção constante, uma vigilância permanente onde não haja qualquer distracção, identificação, condenação; é *estarmos com o que é*. Só então a mente se aquieta. Nenhuma meditação, disciplina pode fazer a mente aquietar-se, no sentido verdadeiro da palavra. Só quando a brisa pára é que o lago fica sereno. Não podemos fazer *com que* o lago fique sereno. O nosso trabalho não é perseguir o Desconhecido mas compreender a confusão, a desordem, a infelicidade em nós mesmos; só então *aquilo* que vem do escuro toma forma, e nisso há grande alegria.

29

SOBRE A VERDADE E A MENTIRA

Pergunta: Como é que a verdade, como o senhor disse, quando repetida, se torna uma mentira? O que é realmente uma mentira? Por que é errado mentir? Não será a mentira um profundo e subtil problema em todos os níveis da nossa existência?

Krishnamurti: Há duas questões naquilo que disse; assim, examinemos a primeira, que é: quando a verdade é repetida, como é que ela se transforma em mentira? O que é isso que repetimos? Será que podemos repetir uma compreensão que tenhamos tido? Compreendo algo; será que posso repetir isso? Posso verbalizar, comunicar mas a experiência não é o que se repete, não é assim? Somos apanhados pela palavra e perdemos o significado da experiência. Se passámos por uma experiência, será que podemos repetir essa experiência? Podemos *querer* repeti-la, ter o desejo da sua repetição por causa daquilo que sentimos anteriormente, mas logo que a experiência se dá, ela acabou, ela não pode ser repetida. Aquilo que é repetido é a sensação e a correspondente palavra que dá vida a essa sensação. Como infelizmente a maioria de nós é propagandista, somos apanhados na repetição da palavra. Vivemos de palavras, e a Verdade é assim evitada.

Tomemos, como exemplo, o sentimento do amor. Será ele repetível? Quando ouvimos as palavras «Ame o seu vizinho», isso é verdadeiro para você? Só é verdadeiro quando amamos de facto o nosso vizinho; e esse amor não pode ser repetido, só a palavra o pode. Contudo, a maior parte de nós fica feliz, contente, com a repetição «Ame o seu vizinho!» ou «Não seja insaciável!». Portanto, a «verdade» que vem de outra pessoa ou uma experiência que tenhamos tido não se torna realidade através da mera repetição. Pelo contrário, a repetição impede a realidade. A simples repetição de certas ideias não é real.

A dificuldade aqui reside na compreensão da questão sem se pensar em termos de opostos. Uma mentira não é nada oposto à verdade. Podemos ver a verdade do que está a ser dito, não em

oposição ou em contraste, como sendo uma mentira ou uma verdade; mas ver isso é para muitos de nós uma repetição não entendível. Por exemplo, estivemos a falar sobre o dar nome e o não dar nome a um sentimento. Estou certo que muitos de nós vão repeti-lo, pensando que isso é a «verdade». Nunca conseguiremos repetir uma experiência se esta for uma experiência directa. Podemos comunicá-la, mas, quando ela é uma experiência *verdadeira*, as sensações por detrás dela desapareceram, o conteúdo emocional por detrás das palavras dissipou-se completamente.

Reparemos, por exemplo, na ideia de que o pensador e o pensamento são uma única coisa. Pode ser verdade para nós porque o experienciámos directamente. Se eu o repetir, deixa de ser verdadeiro, não é assim? — verdadeiro não em oposição a falso. Isso não seria autêntico, seria algo meramente repetitivo e portanto não teria significado. A repetição cria dogmas, igrejas; e nisso nos refugiamos. A palavra e aquilo que não é verdadeiro passam a ser a «verdade». A palavra não é a coisa a que se refere. Para nós geralmente a coisa *é* a palavra e é por isso que temos de ser extremamente cuidadosos em não repetir aquilo que não tenhamos realmente compreendido. Se eu compreender algo, posso comunicá-lo, mas as palavras e a memória então já não têm nenhum significado emocional. Portanto, se compreendermos isto, a nossa perspectiva e o nosso vocabulário mudam durante a conversação normal.

Como procuramos a verdade através do autoconhecimento, e não somos propagandistas, é importante compreender o que realmente se passa. Através da repetição, auto-hipnotizamo-nos com palavras ou sensações. Ficamos prisioneiros de ilusões. Para nos libertarmos disso, é imperativo experienciarmos directamente e, ao experienciarmos directamente, temos de estar atentos a nós mesmos para evitarmos o processo de repetição, de hábitos, de palavras, de sensações. Essa atenção dá-nos uma extraordinária liberdade, e nisso há uma renovação, um constante experienciar, há algo sempre novo.

A outra questão é: «O que é de facto uma mentira? Por que é errado mentir? Não será este um profundo e subtil problema em todos os níveis da nossa existência?»

O que é uma mentira? É uma contradição, uma autocontradição. Podemos entrar em contradição consciente ou inconscientemente; pode ser deliberadamente ou então inconscientemente;

a contradição pode ser muito subtil ou ser óbvia. Quando a contradição é muito grande, ou nos tornamos mentalmente desequilibrados ou damos por essa contradição e tentamos corrigi-la.

Para compreendermos o problema do que é uma mentira e da razão por que mentimos, temos de investigá-lo sem pensarmos em termos de opostos. Será que podemos olhar este problema da contradição que existe em nós sem tentarmos não ser contraditórios? A nossa dificuldade em examinar esta questão está na rapidez com que condenamos uma mentira, mas para compreendermos a mentira será que podemos pensar, não em termos de verdade e de falsidade, sobre o que é realmente a *contradição?* Por que nos contradizemos? Por que há contradição em nós? Não haverá uma intenção de viver de acordo com um modelo, com um padrão — uma constante aproximação de nós próprios a um padrão, um constante esforço para «sermos outra coisa», tanto aos olhos dos outros como aos nossos próprios olhos? Há um desejo de nos conformarmos a um padrão; quando não vivemos de acordo com esse padrão, há contradição.

Por que razão temos um padrão, um modelo, uma aproximação, uma ideia de acordo com a qual tentamos viver? Porquê? É óbvio que é para nos sentirmos em segurança, para sermos populares, para termos uma boa opinião de nós mesmos, etc. É *aí* que está a semente da contradição. Enquanto nos aproximarmos de algo, tentando ser diferentes, *tem de haver* contradição; portanto, existe uma separação entre o que é falso e o que é verdadeiro. Penso que isto é importante, se entrarmos calmamente na questão. Não que não haja o falso e o verdadeiro; mas por que existe contradição em nós? Não será porque tentamos *ser* diferentes — ser nobres, bons, virtuosos, criativos, felizes, etc. No próprio desejo de querermos ser «outra coisa», há contradição — a contradição de não sermos essa «outra coisa». É esta contradição que é muito destrutiva. Se formos capazes de uma completa comunhão com qualquer coisa, com isto ou com aquilo, então a contradição cessa; quando isso não acontece há auto-enclausuramento, há resistência, gera-se desequilíbrio — o que é uma coisa óbvia.

Por que existe contradição em nós próprios? Fiz qualquer coisa e não quero que isso se saiba ou pensei algo que não se encaixou na norma — o que me põe num estado de contradição, e não gosto

nada disso. Quando há aproximação a um modelo, tem de haver medo, e é esse medo que provoca contradição. Se não houver «vir a ser», nem nenhuma tentativa de ser diferente, então não há medo, não há contradição, não há nenhuma mentira em nós em qualquer nível, consciente ou inconscientemente — não há nada a ser reprimido, nada para mostrar. Como muitas das nossas vidas são uma questão de mau humor e de poses pensadas, assumimos papéis de acordo com os nossos estados de espírito, o que é uma contradição. Quando a encenação acaba, somos o que somos. É esta contradição que é realmente importante, e não o dizermos ou não dizermos uma qualquer mentira «inocente». Enquanto a contradição existir, tem de haver inevitavelmente uma existência superficial; consequentemente, passam também a existir medos superficiais, que têm de ser guardados, e mentiras «inocentes» — e tudo o resto que sabemos. Olhemos para esta questão, não perguntando o que é a mentira ou o que é a verdade, mas, sem estes opostos, penetremos no problema da contradição que existe em nós. Isto é extremamente difícil porque, como dependemos muito de sensações, a maioria das nossas vidas é contraditória. Dependemos de memórias, de opiniões; temos muitos medos, que queremos encobrir — tudo isto cria contradição em nós; quando essa contradição se torna insuportável, perdemos a cabeça. Queremos paz, e tudo o que fazemos gera luta, não apenas dentro da família mas também no exterior. Em vez de compreendermos aquilo que gera o conflito, apenas tentamos ser cada vez mais uma coisa ou outra coisa, mais vivemos nos opostos, criando-se assim grandes contradições dentro de nós.

Será possível compreender a razão por que há contradição em nós mesmos — não apenas superficialmente mas muito mais fundo, psicologicamente? Primeiro que tudo, será que nos apercebemos de que vivemos uma existência contraditória? Queremos paz, mas somos nacionalistas; queremos evitar a miséria social, mas cada um de nós é individualista, limitado, fechado sobre si próprio. Vivemos em constante contradição. Porquê? Não será porque somos escravos das sensações? Isto não é para ser rejeitado ou aceite. É precisa uma grande compreensão das implicações ocasionadas pela sensação, as quais são desejos. Desejamos tantas coisas, todas em contradição umas com as outras. Usamos tantas máscaras conflituosas; pomos uma máscara quando nos é útil e evitamo-la quando uma outra coisa é mais vantajosa, mais agradável. É este estado de con-

tradição que cria a mentira. Em oposição a isto, inventamos a «verdade». Mas seguramente a verdade não é o oposto da mentira. Aquilo que tem oposto não é a verdade. O oposto contém o seu próprio oposto, e para compreendermos este problema muito profundamente temos de estar cientes de todas as contradições em que vivemos. Quando digo «amo-te», com isso vai o ciúme, a inveja, a ansiedade, o medo — o que é uma contradição. É essa contradição que tem de ser compreendida, e só podemos compreender estando conscientes da contradição, conscientes sem qualquer condenação ou justificação — apenas olhando para ela. Ao olhá-la passivamente, vamos compreender todos os processos que dizem respeito à justificação e à condenação.

Não é uma coisa fácil, olhar passivamente para qualquer coisa; mas, na sua compreensão, começamos a ver todo o processo referente ao modo como sentimos e pensamos. Quando estamos cientes de todo o significado da contradição em nós, isso provoca uma mudança extraordinária: passamos a ser o que somos, e não outra coisa que estamos a *tentar* ser. Não mais vamos atrás de um ideal, à procura de felicidade. Somos o que somos, e a partir daí podemos prosseguir. Então, não haverá nenhuma possibilidade de contradição.

30

SOBRE DEUS

Pergunta: O senhor compreendeu a Realidade. Poderá dizer-nos o que é Deus?

Krishnamurti: Como sabe você que eu compreendi a Realidade? Para saber que vivi essa Realidade, você teria também que a ter vivido. A pergunta não é muito inteligente. Para conhecermos algo, temos de fazer parte dele. Teria você de passar também pela experiência; depois vir afirmar que eu tinha vivido a Realidade não teria aparentemente qualquer sentido. O que é que interessa se eu compreendi ou não compreendi? Não será aquilo que digo verdadeiro? Mesmo que eu fosse o mais perfeito ser humano, se não fosse verdadeiro aquilo de que falo, por que é que você me haveria de escutar? A minha compreensão seguramente não tem nada a ver com aquilo que estou aqui a dizer, e aquele que adora alguém porque essa pessoa compreendeu a Realidade, está de facto a adorar a autoridade, e assim nunca poderá encontrar a Realidade. Querermos saber o que alguém compreendeu e também conhecer essa pessoa não é de todo importante.

Sei que a tradição diz «Conhece o homem que compreendeu!». Como é que sabemos que ele compreendeu? Tudo o que podemos fazer é mantermo-nos na sua companhia e até isso, hoje em dia, é extremamente difícil. Existem poucas pessoas boas no sentido verdadeiro da palavra — pessoas que não estão em busca de nada ou que não são seguidoras do que quer que seja. Aqueles que andam em busca ou que seguem alguma coisa são exploradores dos outros, e portanto é muito difícil encontrar-se uma companhia interessada no amor.

Idealizamos aqueles que atingiram a Verdade e esperamos que eles nos dêem alguma coisa, o que gera um falso relacionamento. Como pode o homem que se libertou interiormente comunicar se não houver amor? Esta é a nossa dificuldade. Nas nossas conversas não nos amamos realmente uns aos outros; suspeitamos

uns dos outros. Queremos alguma coisa dos outros: conhecimento, realização ou queremos segurar a companhia do outro; tudo isto indica que não amamos. Queremos qualquer coisa, portanto estamos prontos para explorar o outro. Se nos amarmos de facto, haverá então comunicação instantânea. Nessa altura, não interessa se compreendemos a Verdade, se estamos num nível superior ou inferior. Dado que os nossos corações perderam frescura, Deus tornou-se terrivelmente importante. Isto é, queremos conhecer Deus porque perdemos a canção que existia no nosso coração e perseguimos o cantor perguntando-lhe se nos ensina a cantar. Ele pode ensinar-nos a técnica, mas a técnica não conduz à criação. Não se pode ser um músico só por se saber cantar. Podemos saber todos os passos de uma dança mas se não tivermos criatividade no coração apenas funcionaremos como máquinas. Não podemos amar se o nosso objectivo é simplesmente chegar a um resultado. O Amor não é um ideal, porque assim ele seria uma mera realização pessoal. A beleza não é algo a atingir, é real, é agora, não é amanhã. Se houver amor, compreenderemos o desconhecido, saberemos o que é Deus e não é preciso ninguém para no-lo dizer — e esta é a beleza do Amor. O Amor é a própria eternidade. Dado que não há amor em nós, queremos que outra pessoa, ou Deus nos dê esse amor. Se amássemos realmente, que mundo diferente não seria!... Seríamos pessoas verdadeiramente felizes. E desse modo não investiríamos a nossa felicidade em coisas, na família, em ideais. Seríamos felizes e portanto as coisas, as pessoas e os ideais, que são coisas secundárias, não dominariam as nossas vidas. Visto que não amamos e não somos felizes, investimos em coisas, pensando que elas nos darão felicidade, e uma das coisas em que investimos é Deus.

O senhor quer que eu diga o que é a Realidade? Poderá *aquilo que é indescritível* ser posto em palavras? Será que podemos medir o que é imenso? Será possível agarrar o vento com a nossa mão? E se agarrarmos alguma coisa, será isso o vento? Se medirmos *aquilo que não tem medida*, será isso verdadeiro? E se formularmos algo a seu respeito, será isso real? Claro que não, porque no momento em que falamos de algo que é indescritível, ele deixa de ser real. No momento em que traduzimos o incognoscível para o conhecido, ele deixa de ser incognoscível. E todavia isso é o que desejamos ardentemente. A todo o momento o que queremos é saber, porque assim podemos ter continuidade, assim podemos, pensamos nós, capturar a mais alta felicidade — a per-

manência. Queremos saber, e isso é porque não somos felizes, porque nos esforçamos tristemente, porque estamos gastos, destruídos. Em vez de nos consciencializarmos do simples facto de que *estamos* apáticos, gastos, exaustos, em confusão, queremos fugir daquilo que é conhecido e partir para o desconhecido, com este, mais uma vez, a transformar-se em conhecido; e assim nunca mais encontramos a Verdade.

Portanto, em vez de querermos conhecer quem é que se libertou ou o que é Deus, por que não darmos toda a nossa atenção e compreensão a *o que é*? Assim, encontraremos o Desconhecido, ou antes, o Desconhecido é que virá a nós. Se compreendermos o que é o conhecido, experienciaremos esse extraordinário silêncio que não é provocado, que não é forçado, esse vazio criativo onde só a Realidade pode entrar. A Realidade não pode chegar junto daquilo que há-de «vir a ser», que está em luta; ela só pode chegar ao que está a *ser*, ao que compreende *o que é*. Veremos então que a Realidade não está longe; que o Desconhecido não está à distância — ele está *naquilo que é*. Se pudermos compreender isto, então conheceremos a Verdade.

É extremamente difícil apercebermo-nos da indolência, da avidez, do querer doentio, da ambição, etc. O próprio facto de estarmos consciente de *o que é*, isso é a Verdade. A Verdade é que liberta, não é a luta para sermos livres. Assim, a Realidade não está longe, mas colocamo-la longe porque tentamos usá-la como meio de autocontinuidade. Ela está aqui, agora, está naquilo que é imediato. O Eterno ou o Intemporal está no agora, e o agora não pode ser compreendido por aquele que está dentro da rede do tempo. Para libertarmos o pensamento do tempo é preciso acção, mas a mente é preguiçosa, é indolente e por conseguinte está sempre a criar outros obstáculos. Essa libertação só é possível através da meditação correcta, que significa acção completa, não uma acção contínua; e uma acção completa só pode ser compreendida quando a mente entende o processo de continuidade, que é memória — não a memória factual mas a memória psicológica. Enquanto a memória estiver a funcionar, a mente não pode compreender *o que é*. Mas a nossa mente, todo o nosso ser só se torna extraordinariamente criativo, passivamente vigilante quando compreendemos o significado do cessar, porque no findar há renovação, enquanto que na continuidade há morte, há decadência.

31

SOBRE A COMPREENSÃO IMEDIATA

Pergunta: Poderemos nós atingir imediatamente a compreensão da Verdade, de que o senhor fala, sem qualquer preparação prévia?

Krishnamurti: O que é que o senhor entende por Verdade? Não usemos palavras das quais não conhecemos o significado; podemos usar uma palavra mais simples, mais directa. Seremos capazes de compreender directamente um problema? É isso que interessa, não é verdade? Será que podemos compreender imediatamente, agora, *o que é?* Ao compreendermos *o que é*, compreenderemos o significado da Verdade; mas afirmarmos que *temos de* compreender a Verdade tem muito pouco sentido. Será que podemos compreender directamente um problema, de um modo completo, e ficarmos libertos dele? Isto é que está implícito na pergunta, não é? Seremos capazes de compreender uma crise, um desafio, imediatamente, de ver todo o seu significado e de nos libertarmos? Aquilo que compreendemos não deixa marca; portanto, a compreensão ou a verdade é que liberta. Poderemos nós, *agora*, libertar-nos de um problema, de um desafio? A vida é uma série de desafios e de respostas, e se a nossa resposta a um desafio é condicionada, limitada, incompleta, então esse desafio deixará uma marca, um resíduo, o que é depois fortalecido por outro novo desafio. Portanto, há uma memória residual constante, com acumulações, cicatrizes, e com todas essas cicatrizes tentamos encontrar-nos com o *novo*, o que nunca vai acontecer. Por conseguinte, não há compreensão, não existe uma libertação em relação a qualquer desafio.

O problema, a questão é se será possível eu vir a compreender um desafio completamente, directamente; entender todo o seu significado, todo o seu perfume, a sua profundidade, a sua beleza e a sua fealdade e assim libertar-me dele. Um desafio é sempre novo, não é? Um problema é sempre novo. Um problema que tivemos ontem, por exemplo, passou por uma tal modificação,

que quando o encontramos hoje, ele é ainda novo. Mas nós encontramo-nos com ele usando a imagem velha de ontem; abordamo-lo sem nos termos transformado, apenas modificamos os nossos próprios pensamentos.

Deixem-me pôr o assunto de modo diferente. Por exemplo, encontrei-me ontem com alguém. Entretanto, essa pessoa mudou. Passou por uma modificação, mas eu continuo com a imagem dessa pessoa desde ontem. Hoje, usando essa minha imagem, encontro-me com ela, e portanto eu não compreendo a pessoa — apenas compreendo a imagem dela que adquiri ontem. Se eu quiser compreender a pessoa, que está modificada, mudada, tenho de remover e de me libertar da imagem de ontem. Por outras palavras, para compreender um desafio, que é sempre novo, tenho também de me encontrar com ele como se fosse a primeira vez, não podendo haver qualquer resíduo de ontem; assim, tenho de dizer adeus ao ontem.

Afinal, o que é a vida? É algo sempre novo, não é? É algo que está sempre em mudança, criando novos sentimentos. O hoje não é igual ao ontem, e esta é a beleza da vida. Será que podemos todos nós encontrar-nos com cada problema mostrando uma atitude sempre nova? Será que os senhores, quando regressarem a casa, serão capazes de se encontrar com as vossas mulheres e filhos mostrando uma nova atitude? E serão capazes de fazer o mesmo com os desafios? Isto não será possível se estiverem cheios de memórias do ontem. Portanto, para compreendermos a verdade de um problema, de um relacionamento, temos de fazer uma abordagem sem memória — não com uma «mente aberta», porque isso não tem significado. Temos de fazer uma aproximação sem as cicatrizes das memórias do ontem — o que quer dizer que, quando surge o desafio, temos de estar conscientes de todas as respostas do ontem e, ao estarmos conscientes dos resíduos e das memórias do ontem, descobriremos que tudo isso desaparece sem esforço, e assim a nossa mente fica nova.

Seremos nós capazes de chegar imediatamente à Verdade, sem preparação? Digo que sim — não o afirmo a partir de uma qualquer fantasia minha ou de uma ilusão; psicologicamente, experimentem fazer assim, e verão o que acontece. Reparem em qualquer desafio, em qualquer pequeno incidente — não esperem por uma grande crise — e vejam como é a resposta que dão. Estejam atentos a isso, às vossas respostas, intenções e atitudes,

e compreendê-las-ão, compreenderão o vosso passado. Asseguro que todos podem fazê-lo imediatamente, se lhe derem toda a atenção. Se estiverem à procura do sentido do vosso fundo *(background)*, ele aparecerá e descobrirão, de uma só vez, a verdade e a compreensão do problema. A compreensão dá-se no agora, no presente, que é sempre intemporal. Mesmo que seja amanhã, haverá então um agora; o simples adiamento ou preparar-nos para receber o amanhã é estarmos a impedir a compreensão daquilo que é *agora*. Certamente que podemos compreender directamente aquilo que é *agora*, não é verdade? Para compreendermos *o que é*, temos de estar sem qualquer perturbação, sem distracção, temos de aplicar toda a mente e todo o coração a isso. Este tem de ser o nosso único interesse nesse momento. Então, *o que é* dar-nos-á toda a sua profundidade, todo o seu significado, e portanto libertamo-nos do problema.

Se quisermos conhecer, por exemplo, a verdade do significado psicológico da posse, se quisermos compreendê-lo directamente, agora, qual vai ser a nossa abordagem? Certamente que temos de nos sentir muito próximos do problema, sem medo dele, não devemos ter qualquer religião ou resposta entre nós e o problema. Apenas quando temos uma relação directa com o problema, estamos aptos a encontrar a solução. Se introduzirmos uma resposta, um juízo, se sentirmos uma aversão psicológica, então adiamos, preparamo-nos para compreender amanhã aquilo que só agora pode ser compreendido. Portanto, nunca chegaremos a compreender. Para percepcionarmos a Verdade não é preciso qualquer preparação; a preparação implica tempo, e o tempo não é um meio de compreender a Verdade. Tempo é continuidade, e a Verdade é intemporal, não é contínua. A compreensão não é contínua, é a todo o momento, não é residual.

Receio estar a fazer isto parecer muito difícil. Mas é fácil e simples de compreender se o *experienciarmos*. Se mergulharmos em sonhos, se meditarmos sobre o assunto, tudo se torna muito difícil. Quando não existe nenhuma barreira entre você e eu, eu posso compreender você. Se eu estiver *aberto* a outra pessoa, compreendo-a directamente — e estar-se aberto não é uma questão de tempo. Será que o tempo faz com que eu me abra? Será que a preparação, a sistematização e a disciplina fazem com que eu me abra para o outro? Não. O que faz com que eu me abra para alguém é a minha intenção de compreender. Quero estar

aberto porque não tenho nada a esconder, porque não tenho medo; portanto, estou aberto, e assim há comunhão imediata, e acontece a Verdade. Para recebermos a Verdade, para conhecermos a sua beleza e a sua alegria imensa, tem de haver receptividade instantânea, liberta de teorias, de medos e de respostas.

32

SOBRE A SIMPLICIDADE

Pergunta: O que é a simplicidade? Implicará ela ver claramente o que é essencial e rejeitar tudo o mais?

Krishnamurti: Vejamos o que a simplicidade *não é*. Não digam «Mas isso é negação» ou «Fale-nos de algo positivo». Isso seria imaturo, seria uma reacção insensata. Essas pessoas que oferecem o «positivo» são exploradoras; elas têm algo para nos oferecer, algo que nós queremos, e através disso exploram-nos. Aqui, não estamos a fazer nada dessa natureza. Estamos a tentar descobrir a verdade da simplicidade. Portanto, temos de rejeitar as ideias, atirá-las para longe e observar como se fosse a primeira vez. O homem que possui muitas coisas tem receio da revolução, interiormente e exteriormente.

Vamos então descobrir o que a simplicidade *não é*. Uma mente complicada não é simples. Uma mente esperta não é simples; uma mente que tem um objectivo em vista, para o qual trabalha, esperando um prémio, por medo, não é uma mente simples. Uma mente que se carrega de conhecimentos não é uma mente simples; uma mente «mutilada» pelas crenças, não é uma mente simples. Uma mente que se identifica com algo «superior», e se esforça por manter essa identificação, não é uma mente simples. Pensamos que ser-se simples é ter uma ou duas peças de roupa; queremos mostrar que somos simples por fora, e facilmente nos enganamos com isso. É por isso que o homem muito rico venera aquele que renunciou à riqueza.

O que é a simplicidade? Poderá a simplicidade ser o descartar do que não é essencial e ir em perseguição do que é essencial — o que significa um processo de escolha? Não será uma escolha, escolher-se o essencial e pôr de lado o não-essencial? Que processo é esse da escolha? Qual é a entidade que escolhe? É a mente, não é? Não interessa o nome que lhe damos. Dizemos «Escolho isto, que é essencial». Como é que sabemos o que é essencial? Ou temos um padrão transmitido por alguém, ou a

nossa própria experiência diz-nos que essa coisa é essencial. Podemos confiar na nossa experiência? Quando escolhemos, a nossa escolha é baseada no desejo, não é? Aquilo a que chamamos «essencial» é aquilo que nos dá satisfação. Desse modo, voltamos de novo ao mesmo processo. Será que uma mente confusa pode escolher? Se ela o fizer, a escolha será também confusa.

Portanto, a escolha entre o essencial e o não-essencial *não* tem a ver com simplicidade. Essa escolha é conflito. Uma mente em conflito, em confusão, nunca poderá ser simples. Quando realmente observamos e vemos todas essas coisas falsas, os truques da mente, quando olhamos e estamos atentos a isso, quando pomos de lado, então saberemos, por nós próprios, o que é a simplicidade. A mente que está ligada à crença nunca é uma mente simples. A mente que é «mutilada» pelo conhecimento acumulado não é uma mente simples. A mente que se distrai com Deus, com mulheres, com música, não é uma mente simples. A mente apanhada pela rotina do escritório, dos rituais, das preces, não é uma mente simples. Simplicidade é acção sem ideia. Mas isto é uma coisa muito rara; isto significa criatividade. Enquanto não houver criação em nós, seremos centros de confusão, de infelicidade e de destruição. A simplicidade não é uma coisa que possamos perseguir e experimentar. A simplicidade surge como uma flor que abre no momento certo, quando cada um compreende todo o processo da existência e do relacionamento. Dado que nunca pensámos nestas coisas, nem as observámos, acabamos por não as conhecer; valorizamos todas as formas exteriores relacionadas com o possuirmos poucas coisas, mas isso não tem nada a ver com simplicidade. A simplicidade não é para ser encontrada; ela não existe na escolha entre o essencial e o não-essencial. Ela acontece apenas quando o «eu» não está activo, quando a mente não está apanhada por especulações, conclusões, crenças, ideias. Só essa mente livre está em condições de encontrar a Verdade. Só essa mente pode receber aquilo que é imensurável, inominável; e aí está a simplicidade.

33

SOBRE A SUPERFICIALIDADE

Pergunta: Como é que alguém que é superficial se pode tornar uma pessoa séria?

Krishnamurti: Antes de tudo, temos de ter a noção de que somos superficiais, não é verdade? O que é ser-se superficial? Essencialmente, é estar-se dependente. É depender-se de estímulos, de desafios, de outra pessoa, é depender-se psicologicamente de certos valores, de experiências, de memórias — não fará tudo isto com que se seja superficial? Quando estou dependente da ida à igreja todas as manhãs ou todas as semanas para me sentir bem, para ser ajudado, não me fará isso superficial? Se tenho de desempenhar certos rituais para manter o meu sentido de integridade ou para voltar a sentir algo que já senti no passado, não me fará isso ser superficial? Não serei superficial quando me ofereço pelo meu país, me entrego a um plano ou a determinado grupo político? Claro que todo esse processo de dependência é uma evasão em relação a mim mesmo; essa identificação com o «superior» é a negação daquilo que sou. Mas eu *não* posso negar aquilo que sou; tenho de compreender o que sou, e não tentar identificar-me com o universo, com Deus, com um determinado partido político, ou com o que se quiser. Tudo isso conduz a um pensamento limitado, a partir do qual há actividade que é permanentemente prejudicial, seja à escala mundial, seja no plano individual.

Antes de tudo, será que reconhecemos que estamos a fazer essas coisas? Não; e justificamos o que fazemos. Dizemos: «O que farei, se não fizer essas coisas? Vou ficar em piores condições, a minha mente ficará em pedaços. Agora ao menos ainda luto na direcção de algo melhor.» Quanto mais lutamos, mais superficiais nos tornamos. Tenho de ver isto primeiro, não é verdade? E esta é uma das coisas mais difíceis: ver o que sou, ter conhecimento de que sou estúpido, superficial, limitado, ciumento. Se vejo o que sou, se reconheço isso, então posso começar por aí. Certamente que uma

mente superficial é uma mente que foge de *aquilo que é*; não fugir exige investigação aturada, exige a não aceitação da inércia. No momento em que sei que sou superficial, já há um processo de aprofundamento — se não fizer nada acerca da superficialidade. Se a mente diz «Sou mesquinho e vou penetrar nessa mesquinhez, vou compreender a totalidade da mesquinhez, da sua influência limitadora», então passa a haver a possibilidade de transformação; mas uma mente mesquinha, sabendo que é mesquinha e tentando não ser mesquinha através da leitura, do encontro com pessoas, de viagens, de estar incessantemente activa como um macaco, continua a ser uma mente mesquinha.

Mas só acontecerá uma verdadeira revolução se abordarmos correctamente este problema. A aproximação correcta proporciona uma extraordinária confiança que, asseguro-vos, move montanhas — as montanhas dos nossos próprios preconceitos e condicionamentos. Estando nós cientes da nossa mente superficial, não tentemos usá-la para aprofundar. A mente superficial nunca pode conhecer grandes profundidades. Ela pode ter muitos conhecimentos, muita informação, pode repetir muitas palavras — toda essa parafernália própria de uma mente superficial activa. Mas se sabemos que somos superficiais, limitados, se temos a noção dessa superficialidade e observarmos todas as suas actividades sem julgamentos, sem condenações, então, em breve, veremos que a superficialidade desapareceu por completo, sem nós termos agido sobre ela. Isso requer paciência, atenção, e não se ter um desejo ansioso por resultados, por atingir uma realização. Só a mente superficial deseja realização e resultados.

Quanto mais nos apercebermos de todo esse processo, mais descobriremos as actividades da mente, mas temos de observá-las sem tentarmos pôr-lhes um fim, porque, no momento em que queremos acabar com elas, somos de novo apanhados na dualidade do «eu» e do «não-eu» — o que dá continuidade ao problema.

34

SOBRE A VULGARIDADE

Pergunta: Com que coisas deveria a mente estar ocupada?

Krishnamurti: Eis aqui um bom exemplo de como se gera o conflito: o conflito entre o que «deveria ser» e *o que é*. Primeiro, estabelecemos o que «deveria ser», o ideal, e depois tentamos viver de acordo com esse padrão. Afirmamos que a mente deveria estar ocupada com coisas nobres, com a ausência de egoísmo, com a generosidade, com a delicadeza, com o amor; isto é o padrão, o crer, o «deveria ser», o «tem de ser», e tentamos viver de acordo com isso. Assim, existe um conflito em marcha entre a projecção do que «deveria ser» e a realidade, *o que é*, e através desse conflito esperamos ser transformados. Enquanto estamos a lutar com o «deveria ser», sentimo-nos virtuosos, bondosos; mas o que será mesmo importante: o que «deveria ser» ou *o que é*? Com o que estão as nossas mentes ocupadas — de verdade, não ideologicamente? Com trivialidades, não é assim? Com a nossa aparência, com a ambição, com a avidez, com a inveja, com a maledicência, com a crueldade. A mente vive num mundo de vulgaridades; e a mente vulgar, criando um padrão «nobre», continua a ser vulgar. A questão não é com o que deveria a mente estar ocupada, mas sim se será possível a mente libertar-se das vulgaridades. Se estivermos bem atentos, se estivermos realmente a investigar, conheceremos as nossas próprias vulgaridades: conversa sem fim, tagarelice interminável da mente, preocupação com isto ou aquilo, curiosidade pelo que os outros fazem ou não fazem, busca de resultados, procurando às escuras o nosso próprio engrandecimento, e tudo o mais. Ocupamo-nos com essas coisas, havendo total conhecimento da nossa parte. Poderá isto ser transformado? *Este* é que é o problema. Perguntar sobre aquilo com o que a mente deveria estar ocupada, é simples imaturidade.

Tendo nós a noção de que a nossa mente é trivial, ocupada com trivialidades, será que ela poderá libertar-se dessa condição? Não

será a mente, pela sua própria condição, trivial? O que é a mente se não o resultado da memória? Memória de quê? De como sobreviver, não apenas fisicamente mas também psicologicamente, através do desenvolvimento de certas «qualidades» e «virtudes», do armazenamento de experiências e da afirmação de si própria nas suas actividades. Não será isso uma vulgaridade? A mente, sendo o resultado da memória, do tempo, é vulgar em si mesma; o que poderá ela fazer para se libertar da sua própria vulgaridade? Poderá ela fazer alguma coisa? Por favor, vejam a importância disto. Poderá a mente, que é actividade egocêntrica, libertar-se dessa condição? É óbvio que não pode; faça o que fizer, ela não vai deixar de ser vulgar. Ela pode especular sobre Deus, pode imaginar sistemas políticos, pode inventar crenças; mas isso passa-se ainda dentro do campo do tempo; a sua «mudança» é a que vai de uma memória a outra memória. A mente é afectada pela sua própria limitação. Será possível a mente quebrar essa limitação? Ou será que a limitação desaparece quando a mente está quieta, quando não está activa, quando a mente se dá conta das suas próprias trivialidades, por mais «grandiosas» que ela as tenha imaginado? Quando a mente, tendo visto as suas trivialidades, está bem ciente delas, tornando-se assim tranquila — só então há a possibilidade de que essas trivialidades deixem de existir. Enquanto estivermos a querer saber com o que deveria a mente estar ocupada, ela vai estar ocupada com vulgaridades, seja a construir uma igreja, seja a rezar, seja a dirigir-se para um qualquer santuário. A mente, ela própria, é mesquinha, pequena, mas dizer-se simplesmente que ela é mesquinha, não dissolve a mesquinhez. Temos de compreender a mente; ela tem de reconhecer as suas próprias actividades, e no processo desse reconhecimento, no aperceber-se das vulgaridades que consciente ou inconscientemente construiu, a mente torna-se então serena. Nessa serenidade existe um estado criativo, e *este* é o factor que faz acontecer a transformação.

35

SOBRE A TRANQUILIDADE DA MENTE

Pergunta: Por que fala o senhor em tranquilidade da mente, e o que é essa tranquilidade?

Krishnamurti: Não será necessário, se queremos compreender qualquer coisa, que a mente deva estar tranquila? Se temos um problema, preocupamo-nos com ele, não é assim? Pensamos nele, analisamo-lo, partimo-lo em pedaços, na esperança de o compreendermos. Mas será que conseguimos compreender através do esforço, da análise, da comparação, de qualquer forma de esforço mental? Claro que a compreensão chega quando a mente está completamente tranquila. Dizemos que quanto mais nos esforçarmos com as questões relacionadas com a fome, com a guerra ou com qualquer outro problema humano, quanto mais entrarmos em luta com isso, melhor será a nossa compreensão. Ora, fará isso sentido? As guerras têm acontecido durante séculos e séculos, o mesmo se tem passado com os conflitos entre indivíduos e entre sociedades; a guerra, dentro ou fora do ser humano, tem estado sempre presente. Será que vamos resolver a guerra, o conflito, através de mais conflito, de mais luta, de acção astuciosa? Ou será que só compreenderemos o problema quando estivermos frente a frente com ele, quando enfrentarmos o facto que ele é? Apenas podemos enfrentar o facto quando não há agitação a interferir entre a mente e o facto; assim, não será importante, se queremos compreender, que a mente esteja quieta?

Inevitavelmente, temos de perguntar: «Como pode a mente ser aquietada?» Esta é a nossa reacção imediata, não é? Dizemos: «A minha mente está agitada; como é que vou conseguir mantê-la sossegada?» Poderá algum método aquietar a mente? Poderá alguma fórmula, alguma disciplina sossegar a mente? Pode, sim; mas quando a mente é *forçada* a estar quieta, será que isso é quietude, será isso tranquilidade? Ou será que a mente está só fechada dentro de uma ideia, de uma fórmula, de uma frase? Essa mente é uma mente «morta», não é? É por isso que muitas

pessoas, que tentam ser «espirituais», estão «mortas» — porque treinaram as suas mentes a estarem quietas, a fecharem-se dentro de uma fórmula indutora de quietude. É óbvio que uma mente que passe por isso nunca está realmente quieta; está apenas a ser reprimida, a ser controlada.

A mente está verdadeiramente quieta quando vê a verdade de que a compreensão só acontecerá quando houver tranquilidade; se quero compreender outra pessoa, tenho de estar sereno, não posso ter reacções contra ela nem preconceitos; tenho de pôr de lado todas as minhas conclusões, experiências, e encontrar-me face a face com essa pessoa. Só então, quando a mente está liberta do seu condicionamento, eu posso realmente compreender. Quando vejo a verdade disto, então a mente naturalmente aquieta-se — e nessa altura não se põe a questão de *como fazer* a mente estar sossegada. Apenas a Verdade pode libertar a mente das suas próprias ideias; para ver a realidade, a mente tem de perceber que enquanto estiver agitada, não poderá compreender o que quer que seja. A quietude da mente, a tranquilidade da mente não é algo que possa ser produzido pela força de vontade ou por qualquer acção do desejo; se não for assim, a mente fecha-se sobre si própria, isola-se, passa a ser uma mente «morta» e portanto incapaz de adaptação, de flexibilidade, de agilidade. Tal mente não é criativa.

Assim, a nossa questão não é o que fazer para que a mente esteja quieta mas ver a verdade de cada problema tal como ele se nos apresenta. É como a água de um tanque que se torna serena quando se acalma o vento. A nossa mente agita-se porque temos problemas; e para evitarmos os problemas tentamos aquietar a mente. Mas a mente projectou esses problemas — e não há problemas separados da mente; e enquanto a mente projectar qualquer ideia de sensibilidade e praticar qualquer forma de quietude, nunca ela poderá estar tranquila. Quando a mente *vê* que só estando serena é que há compreensão — então é que ela se torna verdadeiramente serena. Essa quietude não é imposta, não é disciplinada, é uma quietude que não pode ser entendida por uma mente agitada.

Muitos dos que procuram a serenidade da mente separam-se da vida activa e vão para uma aldeia, para um mosteiro, para as montanhas, ou fecham-se em ideias, em crenças e evitam as pessoas que poderão trazer-lhes problemas. Um tal isolamento não

traz quietude à mente. Quando a mente se fecha numa ideia, ou quando evita as pessoas que podem tornar-nos a vida complicada, isso não gera tranquilidade. A quietude da mente apenas acontece quando não há qualquer processo de isolamento através de acumulação mas sim quando há compreensão de todo o processo que diz respeito ao relacionamento. A acumulação torna velha a mente; só quando a mente é nova, fresca, sem o processo de acumulação — é que há a possibilidade de existir tranquilidade interior. Essa mente não está morta, está extremamente activa. A mente serena é a mente mais activa, mas se quisermos experienciar isso, e ir mais fundo, veremos que na quietude não há projecção do pensamento. O pensamento, em todos os níveis, é obviamente a reacção da memória, e ele nunca pode estar em estado de criação. Ele pode dar expressão à criatividade, mas o pensamento, em si, nunca pode ser criativo. Quando há silêncio, quando há essa tranquilidade da mente que não é um resultado, veremos que nessa quietude há uma extraordinária actividade, uma extraordinária acção que a mente agitada pelo pensamento nunca pode conhecer. Nessa tranquilidade não há qualquer elaboração mental, qualquer ideia, não há qualquer memória; essa serenidade é um estado de criação que apenas pode ser experienciado quando há total compreensão de todo o processo do «eu». De outro modo, a quietude não tem qualquer significado. Só nessa quietude, que não é produto de coisa alguma, está o Eterno, o qual existe para além do tempo.

36

SOBRE O SENTIDO DA VIDA

Pergunta: Vivemos mas não sabemos a razão por que vivemos. Para muitos de nós a vida parece não ter qualquer sentido. Poderá dizer-nos qual é o significado e o objectivo da nossa vida?

Krishnamurti: Por que é que faz essa pergunta? Por que é que quer saber qual é o sentido e o objectivo da vida? O que entende você por «vida»? Será que a vida tem um sentido, um propósito? Não será o viver, em si, o seu próprio sentido e propósito? Por que queremos mais? Visto que estamos muito insatisfeitos com a nossa existência, que é tão vazia, tão pobre e monótona, sempre a fazermos a mesma coisa vezes sem conta, queremos alguma coisa mais, queremos algo que esteja para além daquilo que fazemos. E porque a nossa vida diária é tão vazia, tão desinteressante, tão sem sentido, tão aborrecida, tão intoleravelmente estúpida, dizemos que a vida tem de ter um sentido com mais plenitude, e é por isso que fazemos uma tal pergunta. Claro que aquele que vive de um modo criativo, que vê as coisas como elas são e que está contente com o que tem, não está em confusão; ele vê com clareza, portanto não quer saber qual é o sentido da vida. Para ele, o próprio acto de viver é princípio e fim. A nossa dificuldade é que, sendo a nossa existência vazia, queremos encontrar um objectivo para ela, e esforçamo-nos por conseguir isso. Um propósito para a vida só pode ser uma mera intelectualização desprovida de qualquer realidade; quando se persegue um objectivo para a vida, e se utiliza a nossa insensível e embotada mente e também o nosso coração vazio, esse objectivo acaba também ele por ser vazio. Mas a nossa intenção, agora, é como havemos de enriquecer a nossa vida, não com dinheiro e tudo o resto, mas sermos ricos interiormente — o que não é nada secreto. Quando dizemos que o propósito da vida é sermos felizes, é encontrarmos Deus, certamente que esse desejo de encontrarmos Deus serve para fugirmos da vida, e o nosso Deus é assim uma coisa pertencente ao conhecido. Só podemos fazer o

nosso caminho em direcção a um objecto que já conhecemos; se construímos uma escada para isso a que chamamos Deus, então não encontraremos Deus. A Realidade apenas pode ser compreendida vivendo, não quando estamos em fuga. Quando procuramos um objectivo para a vida, estamos na verdade a fugir e a não compreender o que é de facto a vida. Vida é relação, é acção na relação; quando não compreendo a relação, ou quando esta é confusão, vou à procura de um sentido «superior». Por que são as nossas vidas tão vazias? Por que nos sentimos tão sós, tão frustrados? Porque nunca olhámos para dentro de nós, para nos compreendermos. Nunca admitimos para nós mesmos que esta vida é tudo o que temos e que portanto ela deveria ser totalmente compreendida. Preferimos fugir de nós próprios, e é por isso que buscamos um objectivo longe de qualquer relação. Se começarmos por compreender a acção, que é o nosso relacionamento com as pessoas, com o que possuímos, com as crenças e ideias, então perceberemos que o relacionamento, ele próprio, traz a resposta. Não temos de procurar. É como procurar o Amor. Será que podemos chegar ao Amor através da procura? O amor não pode ser «cultivado». Só podemos encontrar o Amor dentro do relacionamento, não fora. E é por não termos Amor que queremos um propósito para a vida. Quando existe Amor, que é a sua própria eternidade, então não há procura de Deus, porque o Amor é Deus.

É porque as nossas mentes estão cheias de conhecimentos técnicos e de murmúrios supersticiosos que as nossas vidas são tão vazias; por isso, buscamos um objectivo longe de nós próprios. Para encontrarmos um propósito para a nossa vida temos de atravessar a porta de nós mesmos; consciente ou inconscientemente, evitamos enfrentar as coisas tal como elas são, e assim desejamos que Deus nos abra a porta que está mais além. Esta questão acerca de um objectivo para a vida só é posta por aqueles que não amam. O Amor só pode ser encontrado na acção, sendo esta relacionamento.

37

SOBRE A CONFUSÃO DA MENTE

Pergunta: Escutei todas as suas palestras e li todos os seus livros. Muito sinceramente pergunto: qual poderá ser o sentido da minha vida se, como o senhor diz, todo o pensamento tem de cessar, todo o conhecimento acumulado tem de ser suprimido, toda a memória tem de desaparecer? Como relacionar este estado de ser, seja ele o que for para cada um, com o mundo onde vivemos? Que relação tem este estado de ser com a nossa triste e dolorosa existência?

Krishnamurti: Queremos saber que estado é esse que apenas pode acontecer quando todo o conhecimento acumulado e aquele que reconhece deixam de existir; queremos saber qual é a relação entre esse estado e o mundo das nossas actividades diárias, das nossas motivações quotidianas. Sabemos o que é presentemente a vida — triste, dolorosa, cheia de constantes medos, sem coisas permanentes; sabemos isto muito bem. Queremos saber que relação tem esse outro estado com este em que vivemos; e também queremos saber se pusermos de lado os conhecimentos, se nos libertarmos da nossa memória, qual passa a ser o sentido da nossa existência.

Qual é o sentido da existência tal como a conhecemos agora — não teoricamente mas *de facto?* Qual é o propósito da nossa existência diária? Apenas sobreviver, não é? Sobreviver com toda a infelicidade, desgosto e confusão, guerras, destruição, etc. Podemos inventar teorias, dizendo «Isto não deveria ser assim, deveria ser de outra maneira». Mas tudo isso são teorias, não são factos. O que conhecemos é a confusão, a dor, o sofrimento, os intermináveis antagonismos. Sabemos também, se estivermos bem atentos, como tudo isto acontece. O propósito da vida, a todo o momento, em cada dia, é destruirmo-nos uns aos outros, é explorarmos os outros, tanto individualmente como colectivamente. Na nossa solidão, na nossa infelicidade, tentamos usar os outros, tentamos fugir de nós próprios — através de entreteni-

mento, de deuses, de conhecimentos, de identificação, de qualquer forma de crença. Este é o nosso objectivo, consciente ou inconscientemente, porque é assim que vivemos presentemente. Haverá *algures* um sentido mais profundo e mais vasto, um sentido que não tenha a ver com confusão, com acumulação? Terá esse estado sem esforço qualquer relação com a nossa vida diária?

Certamente que esse estado não tem qualquer relação com a nossa vida. Como é que isso podia acontecer? Se a minha mente está confusa, agonizante, em solidão, como poderia essa mente ter relação com algo que não tem nada a ver com ela? Como pode a verdade ter alguma relação com a falsidade, com a ilusão? Não queremos admitir que é assim porque a nossa esperança, a nossa confusão nos faz acreditar em algo «superior», algo mais «nobre», que dizemos estar relacionado connosco. Em desespero, procuramos a Verdade, esperando que, nessa descoberta, esse nosso desespero desapareça.

Assim, podemos ver que uma mente confusa, uma mente dominada pela dor psicológica, uma mente que conhece o seu próprio vazio, a sua solidão, nunca poderá encontrar aquilo que está para além dela. Aquilo que está para além da mente só pode acontecer quando as causas da confusão, da infelicidade, se dissiparem ou forem compreendidas. Tudo o que tenho vindo a dizer tem a ver com a compreensão de nós mesmos, porque sem autoconhecimento o desconhecido não existe, passa a ser só uma ilusão. Se pudermos compreender, a todo o momento, o processo total que nos diz respeito, então veremos que, ao clarificarmos a nossa confusão, o desconhecido torna-se real. Nessa altura, a experienciação disso terá uma relação com o que somos. Mas o que somos nunca terá uma relação com o desconhecido. Estando nós deste lado da cortina, na escuridão, como poderemos nós alguma vez experienciar a luz, a liberdade? Mas logo que há a experienciação da Verdade, já podemos relacionar esse estado com este mundo onde vivemos.

Se nunca soubemos o que era o amor mas apenas constantes desavenças, infelicidade, conflitos, não será impossível experienciarmos esse Amor que não pertence a nada disto? Mas quando experienciamos o Amor, então já não temos de nos preocupar em encontrar a ligação. Nesse momento, o Amor, a Inteligência funciona. Mas para experienciarmos esse estado, as memórias acu-

muladas, as actividades egocêntricas têm de cessar; assim, a mente fica incapaz de fazer qualquer projecção das sensações. Ao experienciarmos esse estado, passa a haver acção neste mundo.

Claro que este é que tem de ser o propósito da nossa existência — ir além da actividade egocêntrica da mente. Acontecendo a experienciação deste estado que não é mensurável pela mente, essa mesma experienciação provoca uma revolução interior. Assim, se houver amor, não haverá nenhum problema social. Não há problema de nenhuma espécie quando há amor. Como não sabemos como amar, temos problemas sociais e sistemas filosóficos que ensinam como lidar com os nossos problemas. Digo que esses problemas nunca poderão ser solucionados por qualquer sistema, seja este de esquerda, de direita ou do centro. A confusão, a infelicidade, a autodestruição só poderão ser resolvidos quando experienciarmos esse estado que não é projectado por nós.

38

SOBRE A TRANSFORMAÇÃO

Pergunta: O que entende o senhor por transformação?

Krishnamurti: É óbvio que tem de acontecer uma revolução radical. A crise mundial exige-a. As nossas vidas também exigem essa revolução. Os nossos incidentes quotidianos, buscas, ansiedades pedem essa transformação. Os nossos problemas pedem que haja uma mudança. Tem de haver uma revolução fundamental, radical, porque tudo à nossa volta está em colapso. Ainda que pareça haver ordem, existe de facto destruição e uma lenta queda: a onda da destruição está constantemente a sobrepor-se à onda da vida.

Portanto, tem de acontecer uma revolução — mas não uma revolução baseada numa ideia. Uma revolução baseada numa ideia será meramente a continuação da ideia, e não uma transformação radical. Uma revolução baseada numa ideia traz derramamento de sangue, fragmentação, caos. Não se pode criar ordem a partir do caos. Criamos deliberadamente o caos; claro que depois não podemos criar ordem a partir desse caos. Não somos os «escolhidos de Deus», para podermos gerar ordem a partir da confusão. Estamos perante um falso modo de pensar por parte daquelas pessoas que querem gerar mais e mais confusão para que depois possa existir ordem. Porque no momento em que estão no poder, elas assumem que sabem todas as maneiras de se produzir ordem. Vendo a globalidade de toda esta catástrofe — a constante repetição de guerras, o infindável conflito entre classes sociais e entre os povos, a enorme desigualdade económica e social, a distância entre os que estão felizes, os que não são incomodados, e aqueles que são apanhados pelo ódio, pelo conflito e pela desgraça — observando tudo isto, tem de acontecer uma revolução, uma transformação completa, não é verdade?

Será essa transformação, essa revolução radical uma coisa definitiva, ou será algo que acontece momento a momento? Sei que gostaríamos que ela fosse uma coisa final, porque é muito

fácil pensarmos em termos de distância temporal. «Um dia seremos transformados»; «um dia seremos felizes»; «um dia encontraremos a Verdade»; entretanto, nada acontece. Certamente que uma tal mente, pensando em termos de futuro, é incapaz de agir no presente; assim, essa mente não busca a transformação, está simplesmente a evitar a transformação. O que quer dizer transformação?

A transformação não está no futuro, nunca poderá estar no futuro. Ela só pode estar no *agora*, em cada momento. Assim, o que queremos dizer com transformação? É decerto muito simples: ver o falso como falso e o verdadeiro como verdadeiro; ver a verdade do falso e ver o falso naquilo que é aceite como verdadeiro. A transformação é *ver o falso como falso e o verdadeiro como verdadeiro*, porque quando vemos muito claramente uma coisa como sendo verdadeira, essa verdade liberta. Quando vemos que algo é falso, essa coisa falsa desaparece. Quando vemos que as cerimónias são meras e vãs repetições, quando vemos a verdade disso e não arranjamos justificações, acontece uma transformação, porque terminou mais uma dependência. Quando vemos que a diferença de classes é falsa, que isso gera conflito, infelicidade, divisão entre pessoas — quando vemos a verdade disso, essa mesma verdade liberta-nos. A própria percepção dessa verdade *é* transformação. Estando rodeados de tanta coisa falsa, percepcionarmos a falsidade, momento a momento, é, em si, transformação. A Verdade não é acumulativa. Ela está presente em todos os momentos. Aquilo que é acumulativo, que se junta, é memória, e através da memória nunca podemos encontrar a Verdade, porque a memória pertence ao tempo — tempo sendo passado, presente e futuro. O tempo, que é continuidade, nunca pode encontrar aquilo que é eterno. A eternidade está no momento, no agora. O agora não é reflexo do passado nem é a continuação do passado atravessando o presente e seguindo em direcção ao futuro.

A mente que deseja uma transformação no futuro, ou que olha para a transformação como algo definitivo, nunca poderá encontrar a Verdade, porque a Verdade que existe momento a momento tem de ser descoberta sem a presença do passado; não há nenhuma descoberta através da acumulação. Como podemos nós descobrir o novo se transportamos o fardo do velho? Só através da inexistência deste fardo conseguiremos descobrir o novo. Para descobrirmos o novo, o Eterno, no presente, momento a mo-

mento, precisamos de uma mente extraordinariamente vigilante, de uma mente que não esteja à procura de um resultado, de uma mente que não queira tornar-se outra coisa. Uma mente que deseja vir a ser diferente nunca poderá conhecer a grande bênção do contentamento; não o contentamento que vem de um resultado alcançado, mas o contentamento que chega quando a mente vê o que é verdade e o que é falso *naquilo que é*. A percepção dessa verdade acontece momento a momento; e essa percepção é atrasada quando, no momento, existe verbalização.

A transformação não é um fim, não é um resultado. Resultado implica resíduo, causa e efeito. Onde há uma causa, há obrigatoriamente um efeito. O efeito é o simples resultado do nosso desejo de querermos ser transformados. Quando desejamos ser transformados, estamos ainda a pensar em termos de «vir a ser»; aquilo que «há-de vir a ser» nunca poderá conhecer *aquilo que é*. A Verdade *é* a todo o momento, e a felicidade que tem continuidade *não* é felicidade. A verdadeira felicidade é um estado de ser intemporal. Esse estado intemporal só pode acontecer quando há um grande descontentamento — não o descontentamento que encontrou um canal através do qual se escapa, mas sim o descontentamento que não tem qualquer saída ou escape, que não mais busca realização. Só então, nesse estado de supremo descontentamento, poderá a Realidade mostrar-se. Essa Realidade não pode ser comprada, vendida ou repetida; ela não pode ser guardada nos livros. Tem de ser encontrada a todo o momento, num sorriso, numa lágrima, debaixo de uma folha morta, nos pensamentos errantes, na plenitude do Amor.

Onde existe Amor, há transformação. Sem Amor, a revolução não terá qualquer sentido e será meramente destruição, ruína e uma infelicidade cada vez maior. Onde há Amor, há revolução, porque o Amor é transformação de momento a momento.

Z.C.